

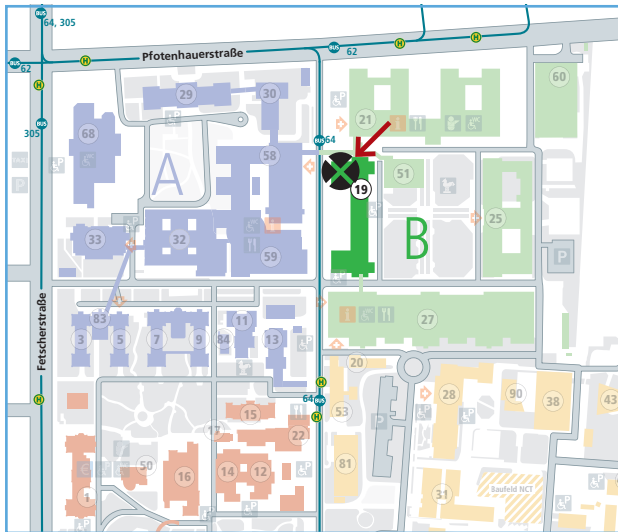
Universitätsklinikum Carl Gustav Carus Dresden
UniversitätsCentrum für Gesundes Altern (UCGA)

→ Die Veranstaltung findet im Haus 19,
Hörsaal im Erdgeschoss statt.

Fetscherstraße 74, 01307 Dresden

Telefon: 0351 458-18858

gesundalt@uniklinikum-dresden.de



Anfahrt mit öffentlichen Verkehrsmitteln:

Sie erreichen das Universitätsklinikum mit den Straßenbahnlinien 6 und 12 (Haltestelle Augsburger Straße/Universitätsklinikum) sowie mit den Buslinien 62 und 74 (Haltestelle Universitätsklinikum, direkt im Klinikgelände)

Anfahrt mit dem PKW:

An der Haupteinfahrt Fiedlerstraße steht Ihnen unser Parkhaus mit 500 Stellplätzen zur Verfügung. Das Parken auf dem Gelände und im Parkhaus ist kostenpflichtig.

Fortbildung am UniversitätsCentrum
für Gesundes Altern

Resilienz im Alter

4. November 2019



03|19

UniversitätsCentrum
für Gesundes Altern

Im höheren Lebensalter durchleben wir gehäuft Verluste und Krisensituationen. Dazu gehören der Eintritt in den Ruhestand und ein damit verbundenes Gefühl nicht mehr gebraucht zu werden, das Versterben von Angehörigen und Freunden oder Erkrankungen mit daraus resultierenden funktionellen Einbußen und Autonomieverlusten.

Resilienz als psychische Widerstandsfähigkeit ermöglicht es uns durch das Nutzen protektiver Ressourcen sowie der Anpassung an und positiven Neubewertung einer Situation trotz bestehender Belastung ein positives Selbstwertgefühl und subjektives Wohlbefinden aufrechtzuerhalten sowie gestärkt aus der durchlebten Herausforderung hervorzugehen.

In drei Fachvorträgen möchten wir aufzeigen welche Bedeutung die eingangs genannten Verlusterlebnisse im Alter haben können, wie man ihnen dank Resilienz gezielt begegnen kann und welche Bedeutung Reize und Lebenserfahrungen für den Erhalt der psychischen Belastbarkeit und Funktionalität haben.

Im Anschluss an die Vorträge haben Sie bei einem kleinen Imbiss die Möglichkeit zu einem intensiven fachlichen Austausch und regen Diskussionen.

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme.
Mit freundlichen Grüßen

Prof. Dr. Lorenz Hofbauer
Prof. Dr. Markus Donix
FOA Dr. Moritz Brandt

- 15.00 Uhr** | **Begrüßung**
Prof. Dr. Lorenz Hofbauer
UniversitätsCentrum für Gesundes Altern
- 15.05 Uhr** | **»Wie kann der Ausstieg aus dem Berufsleben gut gestaltet werden?«**
Dr. rer. medic. Tom Motzek
Gerontologe und Gesundheitswissenschaftler,
AWO Kompetenzzentrum für den Übergang
in den Ruhestand
- 15.40 Uhr** | **»Worte für Unsagbares«**
Dr. med. univ. Julia Schellong
stellvertretende Klinikdirektorin der Klinik und
Poliklinik für Psychotherapie und Psychosomatik
am Universitätsklinikum Dresden, Projektleitung
Kompetenzzentrum Traumaambulanzen in
Sachsen
- 16.15 Uhr** | **»Lebensstil und erfolgreiches Altern«**
Prof. Dr. Gerd Kempermann
Sektionssprecher „Entwicklungsneurobiologie/
Neurogenetik“ Deutsches Zentrum für
Neurodegenerative Erkrankungen (DZNE)
Dresden und CRTD – DFG Forschungszentrum
für Regenerative Therapien Dresden
- 16.50 Uhr** | **Zusammenfassung**
Prof. Dr. Lorenz Hofbauer
- Ab 17.00 Uhr** | **Fachlicher Austausch inklusive Imbiss**

Die Teilnahme an der Veranstaltung ist für Sie kostenfrei.
**Bitte bestätigen Sie Ihre Teilnahme per E-Mail unter
gesundalt@uniklinikum-dresden.de**

Für die Veranstaltung wurden bei der Sächsischen Landesärztekammer drei Fortbildungspunkte beantragt. Um diese verrechnen zu können, **bittet das UCGA um Mitführung des Barcode-Etiketts.**