Liebes Forum elle-Mitglied, liebe Gäste

Erfahren Sie bei diesem Vortrag unter anderem, wie Sie bis ins hohe Alter geistig fit bleiben.
Seien Sie gespannt auf diesen interessanten Vortrag zum Thema:

«Hirngesundheit und Alzheimer-Prävention»

Referentin: Dr. Eva Hess, Akademie Gesundes Alter

Es werden fünf wesentliche Einflussfaktoren vorgestellt, welche für die Gesundheit des Gehirns und die Prävention von Alzheimer von grosser Bedeutung sind. Finden Sie heraus, welche biologischen, psychologischen und lebensstilbedingten Faktoren das Gehirn stärken.
Dr. Eva Hess erläuterte diese fünf grundlegenden Aspekte. Es wird deutlich, wie Verhaltensweisen die Bildung neuer Hirnzellen, die neuronalen Verbindungen und die Entwicklung einer sogenannten kognitiven Reserve beeinflussen. Ein weiterer Fokus liegt auf der individuellen Risikobewertung: Die Teilnehmenden können ihre Risikofaktoren mithilfe einer Checkliste identifizieren. Es werden spezifische Massnahmen vorgestellt, die diese Risiken gezielt verringern können.

Dienstag, 26. Januar 2027, 14.00 Uhr
in den Konferenzräumen des Restaurants Seegarten, Münchenstein
Türöffnung: 13.30 Uhr

Nutzen Sie die Gelegenheit, sich aus erster Hand zu informieren, Fragen zu stellen und wertvolle Tipps zu erhalten.

Der Vortrag dauert mit anschliessender Fragerunde etwa 1½ - 2 Stunden.

Wir öffnen diesen Anlass auch für Nichtmitglieder. Nehmen Sie daher gerne auch Ihre Angehörigen, Freundinnen und Bekannte mit, die sich für dieses Thema interessieren.

Eintrittspreis Fr. 10.00 pro Person
Bei Abmeldungen nach Anmeldeschluss oder bei Fernbleiben, müssen wir einen Unkostenbeitrag von Fr. 15.00 in Rechnung stellen.

Mit freundlichen Grüssen
Der Vorstand

✂----------

Anmeldung: Vortrag «Hirngesundheit und Alzheimer Prävention» am Dienstag, 26. Januar 2027

Bis spätestens Montag, 3. Januar 2027 an: Patricia Scherrer, Buechring 42b, 4434 Hölstein
oder per E-Mail mit den gleichen Angaben an: patricia.scherrer@forum-elle.ch

Name, Vorname: …… Telefonnummer/ Mobile: ……

Adresse: …….. Ort: ……

Anzahl Gäste: ……..… Name, Vorname des Gastes/Gäste: ……...

Datum: ……..Unterschrift: ……..