

## **PRESSEMITTEILUNG**

des Berufsgenossenschaftlichen Universitätsklinikums Bergmannsheil

### **Geistig fit im Alter**

#### **Bergmannsheil lädt zum Gesundheitsforum ein**

Bochum, 11.10.2010. Nicht nur die körperliche, auch die geistige Fitness spielt für ein erfülltes Leben im höheren Alter eine wesentliche Rolle. Ein Gesundheitsforum im Berufsgenossenschaftlichen Universitätsklinikum Bergmannsheil zeigt, wie ältere Menschen ihre geistige Leistungsfähigkeit gezielt verbessern und dadurch ihre Lebensqualität steigern können. Die Veranstaltung findet statt am 25. Oktober 2010 um 18 Uhr (Einlass: 17:30 Uhr) im Café-Restaurant des Bergmannsheil, Bürkle-de-la-Camp-Platz 1 in Bochum. Sie steht allen interessierten Gästen offen. Es wird gebeten um telefonische Anmeldung unter 0234/302-0 im Zeitraum von Montag bis Freitag, 9 bis 16 Uhr.

#### Vom Gedächtnistraining bis zur Rolle der Ernährung

In Kurzreferaten beleuchten Experten des Bergmannsheil verschiedene Aspekte des Themas: PD Dr. Peter Schwenkreis, Oberarzt der Neurologischen Klinik des Bergmannsheil, erläutert, wie sich die Leistungsfähigkeit des Gehirns im Lebenszyklus verändert und welche weiteren Faktoren die geistige Fitness beeinträchtigen. Anschließend zeigt Ergotherapeutin Birthe Hucke, organisatorische Leiterin des Reha-Zentrums am Bergmannsheil, wie man mit dem richtigen Training die Gedächtnisleistung und geistige Aktivität steigern kann. Die Bedeutung von Sport und Bewegung wird ebenso dargestellt wie der Einfluss einer guten Ernährung: Diesen Punkt beleuchtet Martin Bauer, Ökotrophologe des Bergmannsheil. Im Anschluss an die Referate besteht Gelegenheit für Fragen und zur Diskussion mit den Experten.

## Kostenloser Gesundheitscheck

Im Vorfeld der Veranstaltung gibt es für Interessierte einen kostenlosen Gesundheitscheck mit Puls- und Blutdruckkontrolle, Blutzucker- und Body-Mass-Index-Bestimmung. Wer das Angebot nutzen möchte, wird gebeten bereits ab 17:30 Uhr in das Café-Restaurant des Bergmannsheil zu kommen.

## Über das Bergmannsheil

Das Berufsgenossenschaftliche Universitätsklinikum Bergmannsheil - Universitätsklinikum der Ruhr-Universität Bochum (UK RUB) - repräsentiert den Strukturwandel im Ruhrgebiet wie kein anderes Krankenhaus: 1890 als erste Unfallklinik der Welt zur Versorgung von verunglückten Bergleuten gegründet, zählt es heute zu den modernsten und leistungsfähigsten Akutkliniken der Maximalversorgung. In 22 Kliniken und Fachabteilungen mit insgesamt 622 Betten werden jährlich mehr als 19.000 Patienten stationär und ca. 60.000 ambulant behandelt. Mehr als die Hälfte der Patienten kommen aus dem überregionalen Einzugsbereich. Weitere Informationen im Internet unter: [www.bergmannsheil.de](http://www.bergmannsheil.de).

Pressekontakt:

Robin Jopp  
Berufsgenossenschaftliches Universitätsklinikum Bergmannsheil GmbH  
c/o Wi-Med Bergmannsheil GmbH  
Presse- und Öffentlichkeitsarbeit  
Bürkle-de-la-Camp-Platz 1  
44789 Bochum  
Tel.: 0234/302-6125  
E-Mail: [robin.jopp@bergmannsheil.de](mailto:robin.jopp@bergmannsheil.de)