

Im Rahmen der Personalweiterbildung greifen wir Themen rund um Gesundheit, Prävention und Vereinbarkeit von Familie und Beruf in der mittags-info auf. Eingeladen sind alle Hochschulangehörigen. Die Teilnahme gilt als Arbeitszeit. Das schriftliche Einverständnis der Vorgesetzten benötigen Sie nicht, aber für die Teilnahme an den Digitalveranstaltungen und für die Infomails vorab zu allen einzelnen Veranstaltungen ist eine einmalige formlose Anmeldung für die mittags-info über die gleichnamige Veranstaltung im Stud.IP erforderlich, sofern Sie noch nicht angemeldet sind. [Klicken Sie hier, um sich anzumelden](#) und alle weiteren Informationen sowie den BBB-Link zur Teilnahme zu erhalten. Eine Kurzanleitung für die Anmeldung als [PDF-Datei finden Sie hier](#).

Mittwoch, 01.06.2022

13:00 – 13:30 Uhr
Campus Haarentor
Bibliothekssaal

Glück selbstgemacht

Wege der Meditation

Referent: Rainer Kersten (Yogi Vidyananda), langjähriger Meditations-Ausbilder und Gründer eines Schulungs- und Meditationszentrums

Immer mehr Menschen spüren den Wunsch nach mehr innerer Ruhe, Ausgeglichenheit und Kraft. Eine Meditation bietet dabei einen wirkungsvollen Weg, indem Aufmerksamkeit und Achtsamkeit bewusst auf das hier und jetzt gelenkt werden.

Yogi Vidyananda wird Ihnen in dieser mittags-info Einblicke darin geben, was Meditation bewirken kann und wie diese Ihnen zu mehr Glück und Zufriedenheit verhelfen kann. Neben Informationen zur Energielehre lernen Sie außerdem kurze Meditationsübungen kennen, die Sie dabei unterstützen sich in Ihrem Alltag bewusst zu entstressen.

Donnerstag, 14.07.22

13.00- 13.30 Uhr
Campus Haarentor
Bibliothekssaal

Diagnostik von Demenzerkrankungen

Das Angebot der Gedächtnissprechstunde der Gerontopsychiatrischen Institutsambulanz GIA der Karl-Jaspers-Klinik für Gerontopsychiatrie und Psychotherapie

Einführungsvortrag in die Thematik
Dr. C. Först (Ltd. Oberärztin der KGP)

Interaktiver Austausch mit
D. Hauer (Oberärztin, Leiterin der GIA), A. Eilers (Neuropsychologin der GIA) und C. Först

Demenz ist ein Oberbegriff für Krankheiten, die langfristig zum Verlust der kognitiven Leistungsfähigkeit führen. Verständlicherweise ist das Thema angstbesetzt. Vor allem bei frühzeitiger Diagnostik lassen sich aber mit der richtigen Therapie Symptome lindern und die Lebensqualität positiv beeinflussen. Symptome, die genauso wie eine Demenz aussehen und mit Vergesslichkeit einhergehen, können aber auch zum Beispiel durch Depressionen, Alkoholsucht, bestimmte akute Krankheiten oder Medikamente ausgelöst

werden, was einer ganz anderen Behandlung bedarf. In dieser mittags-info wird die multidisziplinäre Arbeitsweise zur Demenzdiagnostik und -beratung vorgestellt, wie sie in der GIA durchgeführt wird.

Donnerstag, 08.09.2022

13.00 – 13.30 Uhr, digital

Tablettendschungel

Über (Wechsel-)Wirkungen von Medikamenten im Alter

Referentin: Dr. Claudia Kohlert-Schupp, Apothekerin, Medika-Check Oldenburg

Mit zunehmendem Alter, aber auch schon in jungen Jahren nehmen viele Menschen regelmäßig Medikamente ein. Dabei besteht oftmals die Notwendigkeit verschiedene Arzneimittel zu kombinieren.

Dieser Vortrag befasst sich mit der Frage, worauf man selbst im Alter oder bei älteren Angehörigen achten sollte, wenn regelmäßig Medikamente parallel eingenommen werden. Warum reagieren ältere Personen anders als jüngere? Anhand von einigen Beispielen erläutert Frau Dr. Kohlert-Schupp, welche Probleme mit der Einnahme von bestimmten Medikamenten einhergehen können und welche Auswirkungen durch eine falsche Anwendung oder die Kombination mit anderen Arzneimitteln entstehen.