



Alzheimer Telefon
0157-36 46 44 44

Projekt: „Hilfen bei Demenz“

- Vorbeugen und Risiko senken
- Früh erkennen, früh handeln
- Unterstützen und entlasten

Alzheimer Gesellschaft im Kreis Coesfeld e.V.
c/o Gerontopsychiatrische Abteilung der Christophorus
Klinik am Schlossgarten Dülmen GmbH
Uphovener Weg 5
48301 Nottuln
beratungsstelle@kas-duelmen.de
www.alzheimer-coesfeld.de

**Vortrag: „Geistig fit bleiben –
mit konkreten Maßnahmen Demenz vorbeugen!“**

Montag, 20 Oktober 2025, 19.00 – 20.30 Uhr

**Kath. Pfarrheim, Kirchplatz 4
59387 Ascheberg**

„Ich habe Sorge, dass ich im Alter auch eine Demenz bekomme!“ Viele Menschen, nicht nur Angehörige von dementiell veränderten Menschen, fürchten sich davor, im Alter geistig nicht mehr fit zu bleiben. Zunehmend entwickelt sich in Teilen der Bevölkerung aber auch ein Bewusstsein für die Relevanz von Prävention und Gesundheitsförderung. Dabei wird das persönliche Risiko, an einer Demenz zu erkranken, im Laufe des Lebens von verschiedenen Faktoren beeinflusst, die als Risikofaktoren bezeichnet werden. Man unterscheidet zwischen nicht beeinflussbaren und beeinflussbaren Risikofaktoren, wobei letztere besonders wichtig für die Demenzprävention sind.

Die Alzheimer Gesellschaft im Kreis Coesfeld e.V. bietet zu diesem spannenden Thema den Vortrag „Geistig fit bleiben – mit konkreten Maßnahmen Demenz vorbeugen“ an. Die Referentin Hildegard Grothues (Dipl. Gerontologin, M.A.E.) informiert über die Funktionsweise des Gehirns und gibt Beispiele, welche Erinnerungslücken noch natürlich sind. Weiterhin stellt sie die aktuell wissenschaftlich bekannten beeinflussbaren Risikofaktoren vor und gibt zahlreiche Anregungen, wie diese im Alltag reduziert werden können.

Die Veranstaltung richtet sich an Interessierte im mittleren und höheren Alter, die wissen möchten, was sie tun können, um ihr Risiko an Demenz zu erkranken, zu reduzieren. Die Teilnahme ist kostenfrei. Zur besseren Planung wird um Anmeldung gebeten, per Email: beratungsstelle@kas-duelmen.de oder per QR-Code:



Mit freundlicher Unterstützung:



Bankverbindung: Sparkasse Westmünsterland
IBAN: DE 42 4015 4530 0035 2305 72 / BIC: WELA DE 3WXX X
Gläubiger-ID: DE22 ZZZ 00000 186589

Körperschaftssteuerfreistellung: Finanzamt Coesfeld Steuer-Nr.: 312/5837/0867