

Alter, Gesundheit und aktiver Lebensstil

- 28.10.2019** **Bluthochdruck – neue Richtlinien**
Prof. Dr. Burkhard Weisser, Kiel
- 04.11.2019** **Prävention von Krebserkrankungen durch gesunde Ernährung einschließlich der sekundären Pflanzenstoffe**
Prof. Dr. Klaus-Dieter Kolenda, Kiel
- 11.11.2019** **Unter dem Radar des „Inneren Schweinehundes“ – Fitness leicht gemacht**
Prof. Dr. Manfred Wegner, Kiel
- 18.11.2019** **Veränderungen des Gangbilds im Alter – was ist noch normales Altern und was ist pathologisch?**
Dr. Christian Schlenstedt, Kiel
- 25.11.2019** **Erhaltung der Muskelmasse im Alter – Rolle der Ernährung**
Prof. Dr. Anja Bosy-Westphal, Kiel
- 02.12.2019** **Inkontinenz im Alter**
Dr. Christian Seif, Kiel
- 09.12.2019** **Yoga, Faszientherapie, Operationen oder Kinesiotape – was hilft bei Rückenbeschwerden?**
Frank Naeve, Kiel
- 13.01.2020** **Aktives und gesundes Älterwerden: Erkenntnisse aus dem Kieler Stadtgebiet**
Daniel Pantleon M.A., Kiel
- 20.01.2020** **Fit sein – Fit bleiben im Kopf: Zum Zusammenhang von exekutiven Funktionen und Gesundheit**
Prof. Dr. Ines Pfeffer, Hamburg
- 27.01.2020** **Besonderheiten einer medikamentösen Therapie im Alter**
Prof. Dr. Ingolf Cascorbi, Kiel
- 03.02.2020** **Arm und krank – zwischen sozial bedingtem Schicksal und individueller Eigenverantwortung**
Prof. Dr. Jens Flatau, Kiel

Zeit: **montags, 18:15 – 19:30 Uhr**

Ort: **Hörsaal H3 (Hans-Heinrich-Driftmann-Hörsaal)
Gebäude I, Olshausenstraße 75, Kiel**

Veranstalter: Institut für Sportwissenschaft, AK Gesundheitsförderung und Lebensstiländerung an der Universität Kiel, Sportärztekund Schleswig-Holstein