



'Volle Kraft voraus' - bewegt jung bleiben

"Volle Kraft voraus" - bewegt jung bleiben
Welche sportlichen Aktivitäten sind in welcher Intensität förderlich, um die Autonomie im Alter lange zu bewahren? Werden Alterungsprozesse durch einen aktiven Lebensstil und Sport positiv beeinflusst? Diesen und weiteren spannenden Fragen widmet sich der nächste Vortrag im Rahmen des Studium Generale auf dem Campus Kleve. Dabei erörtert der Referent die gesundheitsfördernden Aspekte des Sports im Alter aus Sicht der Orthopädie.
Der Haltung- und Bewegungsapparat als Grundlage der menschlichen Mobilität stellt für die zunehmende Lebenserwartung eine besondere Herausforderung dar. Auf dem Gebiet der Orthopädie sind es im Wesentlichen drei Gesundheitsstörungen, die im Alter zu fortschreitender Funktionseinschränkung führen. Die Belastbarkeit der Gelenke ist schmerzhaft vermindert, die Bruchgefährdung der Knochen ist bei abnehmender Knochenfestigkeit erhöht, die Gangunsicherheit und die Sturzgefährdung nehmen durch die Abnahme der Muskelkraft zu. Diese Gesundheitsstörungen mindern die Lebensqualität und gefährden die Autonomie des älteren und alten Menschen.
Die Altersforschung beschäftigt sich damit, Möglichkeiten und Grenzen der präventiven und therapeutischen Beeinflussung der Alterungsprozesse des Bewegungsapparates zu erfassen. Im Rahmen des Studium Generale werden in diesem Vortrag altersbedingte Funktionseinschränkungen auf orthopädischem Gebiet beschrieben und die Einflussfaktoren für das Altern erläutert.
Der Vortrag ist Teil des Studium Generale. Das Vortragsprogramm richtet sich an alle Bürgerinnen und Bürger ebenso an Studierende, Professoren und Mitarbeiter der Hochschule Rhein-Waal und bereitet aktuelle Themen alltagsnah und informativ auf. Die Vortragsreihe bietet zudem die Chance, sich an aktuellen Fragestellungen zu beteiligen. "Wir laden alle ein, egal welchen Alters, an diesen spannenden Vorträgen teilzunehmen", sagt die Präsidentin der Hochschule Prof. Dr. Marie-Louise Klotz. Gleichzeitig sieht sie das Programm auch als Möglichkeit, die beiden Hochschulstandorte sowie die neuen Gebäude der neuen Campusse besichtigen zu können.
Die Vorträge im Studium Generale an der Hochschule Rhein-Waal sind für alle Bürgerinnen und Bürger kostenfrei. Weitere Informationen zum Studium Generale sind im Internet unter www.hochschule-rhein-waal.de erhältlich.
Hochschule Rhein-Waal
Marie-Curie-Straße 1
47533 Kleve
Telefon: +49 2821 806 73 - 0
Telefax: +49 2821 806 73 - 160
Mail: info@hochschule-rhein-waal.de
URL: www.hochschule-rhein-waal.de

Pressekontakt

Hochschule Rhein-Waal

47533 Kleve

hochschule-rhein-waal.de
info@hochschule-rhein-waal.de

Firmenkontakt

Hochschule Rhein-Waal

47533 Kleve

hochschule-rhein-waal.de
info@hochschule-rhein-waal.de

Die Hochschule Rhein-Waal lockt Studierende durch persönliche Atmosphäre, moderne didaktische Methoden, hervorragende Ausstattung und ein breites Studienangebot an die beiden Standorte Kleve und Kamp-Lintfort.