

Newsletter für Patienten, Angehörige und Pflegende in der Altenhilfe

02/2025

Liebe Leserinnen und Leser, liebe Freunde der Altersmedizin!

Gerade im hohen Alter stellen sich viele Bürgerrinnen und Bürger die Frage, wie es in der nahen Zukunft weitergehen soll. Nahezu jeder wünscht sich ein möglich selbstbestimmtes Leben in der gewohnten häuslichen Umgebung und in der Gemeinschaft im bekannten sozialen Umfeld. Leider treten nicht selten zunehmende Einschränkungen auf und der Verlust von Partner und Freunden. Gut ist beraten, wer sich rechtzeitig um Alternativen bemüht.

Alternative Wohn- und Betreuungsformen werden mit steigender Anzahl älter werdender Bürgerinnen und Bürger für die Einzelnen immer wichtiger. Die vielfältigen Wahlmöglichkeiten von generationenübergreifenden Wohnformen, Seniorenhausgemeinschaften, Seniorenwohngemeinschaften über Wohnen mit Service (Betreutes Wohnen) und ambulant betreuten Wohngemeinschaften bis hin zu teil- und vollstationären Einrichtungen ermöglichen den Bürgerinnen und Bürgern die für sie passende Wohn- und Versorgungsform zu finden.

Eine Information über verschiedene Wohnformen im Alter bietet unsere aktuelle Veranstaltung „gesundes Altern“, zu der ich sie alle herzlich einladen möchte (weitere Informationen auf Seite 2 dieses Newsletters).

Insbesondere die Einsamkeit ist ein zunehmend wichtiges Thema in einer Gesellschaft, in der die Familien immer kleiner werden und nicht selten der soziale Zusammenhalt bröckelt. Das Robert-Koch-Institut hat zwischen Juni 2021 und April 2022 Personen ab 65 Jahren in Deutschland zu ihrem Gesundheitszustand und möglicher Einsamkeit befragt. Im Rahmen dieser Umfrage gaben rund 29 Prozent der weiblichen Befragten über 80 Jahren an, dass sie sich einsam fühlen würden. Die Folgen sind nicht selten Depression und verstärkter sozialer Rückzug. Dem entgegenzuwirken sollte unser aller Anliegen sein. Gerne präsentieren wir Ihnen neben konkreten Hinweisen auch verschiedene Anlaufstellen und Institutionen in der Region, die wirksame Strategien und Hilfsangebote bieten. Wir verdanken unseren Senioren so viel und sollten alles unternehmen, um zu diesem Thema neue Akzente zu setzen.

Es grüßt Sie ganz herzlich



Dr. Martin Glasneck, Chefarzt der Altersmedizin





Terminkalender - Patientenseminare der Altersmedizin



Mi, 12.02.2025, 17:00 Uhr

Alternative Wohnformen im Alter

Vielen Menschen fällt es mit zunehmenden Alter schwer, alleine in der eigenen Wohnung zurecht zu kommen, vor allem wenn keine Hilfsmittel zur Hand sind.

Im Patientenseminar am 12.02.2025 erläutert Dr. Martin Glasneck, Chefarzt der Altersmedizin, die unterschiedlichen Möglichkeiten der Wohnformen (Seniorenwohnungen, WGs, Pflegeheim) und gibt Tipps und Hinweise, mit welchen Möglichkeiten man möglichst lange in der eigenen Wohnung bleiben kann. Im Anschluss wird es wie immer Raum für persönliche Erfahrungen und Fragen geben.

Zur besseren Planung bitten wir um Ihre Anmeldung:

E-Mail: sekretariat-altersmedizin.bottrop@knappschaft-kliniken.de | Tel.: (02041) 15-1151 oder

E-Mail: uk.bottrop@knappschaft-kliniken.de | Tel.: (02041) 15-2251

Folgetermine:



Mi, 19.03.2025, 17:00 Uhr

Ernährung im Alter

Welche Kostform verlängert das Leben?
Welche Diäten sind hilfreich?



Mi, 16.04.2025, 17:00 Uhr

Bewegung und Sport im hohen Alter

Was bringt es und gibt es Grenzen?



Kontakt

Knappschaft Kliniken Bottrop GmbH
Klinik für Innere Medizin V - Altersmedizin
Chefarzt: Dr. med. Martin Glasneck

Sekretariat: Nicole Böge und Nadine Michalke

Tel.: 02041 15 - 1151 | Fax: 02041 15 - 1152 | E-Mail: sekretariat-altersmedizin.bottrop@knappschaft-kliniken.de

Herausgeber

Knappschaft Kliniken Bottrop GmbH
Osterfelder Str. 157
46242 Bottrop

[> Zum Newsletter anmelden](#)

[> Newsletter abbestellen](#)