

Unser Schirmherr

Prof. Dr. Mark Schweda



leitet die Abteilung für Ethik in der Medizin am Department für Versorgungsforschung der Fakultät VI – Medizin und Gesundheitswissenschaften der Carl von Ossietzky Universität Oldenburg.

Er beschäftigt sich mit der Bedeutung der modernen Medizin und Technologie für

unsere Lebensentwürfe. Sein besonderer Forschungsschwerpunkt liegt auf Fragen des Alterns und des Lebensverlaufs. Konkret untersucht er u. a. den Einfluss neuer Möglichkeiten der medizinischen Prädiktion und Prävention auf die individuelle Lebensplanung, die Rolle medizinischer Behandlung und (informations)technischer Unterstützung für ein gutes Leben im Alter.

Unser Programm im Überblick

- 13:30 Uhr Einweisung in die Technik**
- 14:00 Uhr Eröffnung und Grußwort**
Prof. Dr. Mark Schweda,
Schirmherr des DemenzNetzes Oldenburg
- 14:15 Uhr Früherkennung und Prävention von Demenzerkrankungen (online)**
Dr. Ayda Rostamzadeh, Leiterin des Kölner Alzheimer Präventionszentrums, Uniklinik Köln
- 15:00 Uhr Kurze Pause**
- 15:05 Uhr Schwerhörigkeit, Hör-Rehabilitation und ihr möglicher Beitrag zur Vermeidung altersbedingter Demenz**
Prof. Dr. Dr. Birger Kollmeier,
Carl von Ossietzky Universität Oldenburg
- 15:50 Uhr Kaffeepause**
- 16:15 Uhr Fit bleiben durch körperliche Aktivität – Chancen und Hindernisse**
Priv.-Doz. Dr. Jessica Koschate-Storm,
Carl von Ossietzky Universität Oldenburg
- 17:00 Uhr Die Rolle der Ernährung**
Priv.-Doz. Dr. habil. Rebecca Diekmann,
Carl von Ossietzky Universität Oldenburg
- 17:45 Uhr Ende der Veranstaltung**

Durch die Veranstaltung führt Sie **Carola Schede**.

DemenzNetz Oldenburg im Versorgungsnetz Gesundheit e.V.



Dem DemenzNetz Oldenburg, im April 2015 gegründet, gehören Einrichtungen aus den Bereichen Gesundheit, Pflege, Seniorenhilfe, Bildung und Sport an. Das Netzwerk bündelt die in Oldenburg vorhandenen Kompetenzen rund um das Leben mit Demenz.

Netzwerkpartner

Alzheimer Gesellschaft Oldenburg e.V.
AOK Niedersachsen
Bümmersteder SeniorenBüro – BSB
Caritas Oldenburg
ComFair GmbH
Compass Private Pflegeberatung
CURA Seniorencentrum Oldenburg Mittagsweg
Evasenio – Ev. Seniorenhilfe Eversten/Bloherfelde e.V.
Stadtsporthaus Oldenburg e.V.
Versorgungsnetz Gesundheit e.V.



Hilfe, die ankommt!

Viele Oldenburger Einrichtungen und Institutionen bieten rund um das Thema Demenz professionelle Unterstützung an. Doch wo und wie lässt sich diese Hilfe finden? Die DIKO bildet einen ersten Anlaufpunkt: Kostenlos, unabhängig und frei vermitteln wir Sie zu einem unserer Netzwerkpartner – und helfen Ihnen, einen für Sie guten und passenden Weg zu finden.

Kontakte und Informationen Demenz-Informations- und Koordinationsstelle Oldenburg (DIKO)
Alexanderstraße 189 · 26121 Oldenburg
www.diko-ol.de

Ansprechpersonen

Kathrin Kropbach	Renate Gerdes
Fon 0441 7706-6857	Mobil 0176 48882514
kropbach@diko-ol.de	gerdes@diko-ol.de

Wir sind bei Facebook und Instagram. Sie finden uns unter



DIKO Facebook: Demenz-Informations- und Koordinationsstelle Oldenburg



DIKO Instagram: [diko_oldenburg](https://www.instagram.com/diko_oldenburg)

Anmeldung für den Fachtag

Die Veranstaltung findet im Schlaun Haus Oldenburg statt. Die Vorträge werden sowohl in Präsenz als auch online mit Zoom durchgeführt. Bitte teilen Sie uns bei der Anmeldung mit, ob Sie vor Ort sein werden oder per Zoom zugeschaltet werden möchten.

Für die Anmeldung benötigen wir von Ihnen den vollständigen Namen, ggf. die Institution und eine Telefonnummer. Selbstverständlich behandeln wir Ihre Daten vertraulich.

Damit wir Ihnen den Link zukommen lassen können, melden Sie sich bitte vorab bis zum 09.11.2025 per E-Mail bei Frau Gerdes für die Veranstaltung an: s.gerdes@diko-ol.de

Am 10.11.2025 erhalten Sie den Link mit allen Informationen zur Veranstaltung. Anmerkung: Sollten Sie an diesem Tag nicht den Link erhalten haben, dann bitte noch einmal kurz zurückmelden.

Informationen

- | | |
|--------------------------|---|
| Veranstalter | DemenzNetz Oldenburg im Versorgungsnetz Gesundheit e.V. |
| Zielgruppe | Angehörige und Betroffene, interessierte Bürgerinnen und Bürger, Ärztinnen und Ärzte, Beschäftigte im Gesundheitswesen, Mitglieder des Versorgungsnetzes Gesundheit e. V. sowie Mitarbeitende aus deren Einrichtungen |
| Teilnahmegebühr | keine |
| Veranstaltungsort | Schlaues Haus Oldenburg
Schlossplatz 16
26122 Oldenburg
www.schlaues-haus.de
Der Veranstaltungsraum im Schlaun Haus Oldenburg ist barrierefrei zu erreichen. |



WissenSCHAFFT Gesellschaft
Veranstaltungsreihe des DemenzNetzes Oldenburg



Einladung zum Fachtag

Demenz vorbeugen: Welche Faktoren wir aktiv gestalten können

(Online-)Fachvorträge im Schlaun Haus Oldenburg

Mittwoch, 12. November 2025
14:00 – 18:00 Uhr

Schlaues Haus Oldenburg
Schlossplatz 16 | 26122 Oldenburg

Wir danken für die Unterstützung



Versorgungsnetz Gesundheit e.V.
Qualität durch Vernetzung



Willkommen

Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Gäste,

Demenz ist eine der großen gesundheitlichen Herausforderungen unserer Gesellschaft. Viele Menschen haben Angst davor, im Alter das Gedächtnis oder die Selbstständigkeit zu verlieren. Doch die gute Nachricht ist: Wir alle können selbst etwas tun, um vorzubeugen.

Studien zeigen, dass regelmäßige Bewegung, eine ausgewogene Ernährung, geistige Aktivität und soziale Kontakte wichtige Schlüssel für ein gesundes Altern sind. Vieles davon lässt sich leicht in den Alltag integrieren – und wirkt sich nicht nur auf das Gedächtnis, sondern auch auf unser Wohlbefinden insgesamt aus.

Unsere Fachtagung möchte Mut machen, sich mit diesem wichtigen Thema auseinanderzusetzen und lädt dazu ein, neueste wissenschaftliche Erkenntnisse mit praktischen Impulsen für den Alltag zu verbinden.

Für einen zuversichtlichen Blick in die Zukunft wollen wir gemeinsam Wege aufzeigen, wie jede und jeder von uns aktiv dazu beitragen kann, die eigene Lebensqualität zu stärken.

Wir freuen uns auf spannende Vorträge und heißen Sie herzlich willkommen – auch in diesem Jahr wieder im Hybrid-Format im Schlauen Haus Oldenburg.



Prof. Dr. Mark Schweda
Schirmherr des
DemenzNetzes Oldenburg



Renate Gerdes
Sprecherin des
DemenzNetzes Oldenburg

Unsere Gäste

Priv.-Doz. Dr. habil. Rebecca Diekmann



Die Referentin ist Ernährungs- und Haushaltswissenschaftlerin. Ihr Forschungsschwerpunkt ist die nutzerzentrierte Entwicklung digitaler Technologien zur Unterstützung älterer Menschen. Sie untersucht, wie innovative digitale Anwendungen die Ernährungs- und Bewegungssituation im Alter erfassen, überprüfen und gezielt verbessern können. Ziel ihrer Arbeit ist es, die Selbstständigkeit und Lebensqualität älterer Menschen langfristig zu erhalten, indem technologische Lösungen praxisnah auf deren individuelle Bedürfnisse und Fähigkeiten abgestimmt werden.

Präsenzvortrag mit dem Schwerpunkt Ernährung Die Rolle der Ernährung

Die Ernährung spielt eine zentrale Rolle in der Prävention und Begleitung von Demenzerkrankungen. Studien zeigen, dass ausgewogene Muster wie die mediterrane Diät das Risiko kognitiver Beeinträchtigungen deutlich senken können. Entscheidend sind ein hoher Anteil pflanzlicher Lebensmittel, gesunde Fette, flavonoidreiche Nahrungsmittel sowie die Reduktion von Zucker, gesättigten Fetten und stark verarbeiteten Fleischprodukten.

Bei bestehender Demenz ist eine ausreichende Energie- und Nährstoffversorgung essenziell, um Mangelernährung und Funktionsverlust zu vermeiden. Individuell angepasste Ernährungskonzepte, die sensorische und motorische Einschränkungen berücksichtigen, fördern Lebensqualität und Selbstständigkeit. Ernährung ist somit ein zentraler Bestandteil präventiver und therapeutischer Strategien bei Demenz.

Prof. Dr. Dr. Birger Kollmeier



Nach Promotionen in Physik (1986) und Medizin (1989) sowie der Habilitation in Physik wurde Birger Kollmeier 1993 auf eine Professur an die Universität Oldenburg berufen. Dort baute er maßgeblich mehrere Forschungsinstitutionen auf – u. a. das Hörzentrum Oldenburg, HörTech und das Fraunhofer IDMT-HSA – und initiierte die European Medical School Oldenburg/Groningen mit. Seit 2012 ist er Sprecher des Exzellenzclusters Hearing4All.

Prof. Kollmeier hat über 85 Promotionen betreut und wurde für seine wissenschaftlichen Leistungen vielfach ausgezeichnet, darunter mit dem Deutschen Zukunftspreis des Bundespräsidenten für Technologie und Innovation.

Präsenzvortrag mit dem Schwerpunkt soziale Teilhabe Schwerhörigkeit, Hör-Rehabilitation und ihr möglicher Beitrag zur Vermeidung altersbedingter Demenz

Schwerhörigkeit gilt als einer der wichtigsten Risikofaktoren für Demenz – und ist zugleich gut behandelbar. Doch heißt das automatisch, dass Hörgeräte Demenz verhindern können? Ganz so einfach ist es nicht: Zwar ermöglicht gutes Hören die aktive Teilnahme am sozialen Leben und beugt Isolation vor, doch ein direkter Beweis für eine Verzögerung oder Vermeidung von Demenz durch Hörgeräteversorgung steht noch aus.

Der Vortrag gibt Einblicke in die Grundlagen des Hörens, moderne Möglichkeiten der Hörgeräteversorgung und den aktuellen Forschungsstand zum Zusammenhang von Schwerhörigkeit und Demenz.

Priv.-Doz. Dr. Jessica Koschate-Storm



Von 2006 bis 2009 absolvierte PD Dr. Jessica Koschate-Storm ein Studium der Angewandten Sportwissenschaften mit dem Schwerpunkt Gesundheit an der Universität Paderborn. Sie setzte ihre Ausbildung von 2009 bis 2011 in der Sport- und Bewegungsgerontologie an der Deutschen Sporthochschule Köln fort. 2016 promovierte sie zum Dr. sportwiss., 2024 erfolgte ihre Habilitation mit der venia legendi im Bereich „Versorgungsforschung mit dem Schwerpunkt Training“ an der Carl von Ossietzky Universität Oldenburg.

In ihrer Forschung beschäftigt sie sich mit den vielfältigen Effekten körperlicher Aktivität auf die Gesundheit älterer Menschen. Ein besonderer Schwerpunkt liegt auf der Sturzprävention, inklusive Perturbationstraining, sowie der Erfassung der Ausdauerleistungsfähigkeit im höheren Lebensalter. Ihre Arbeit verbindet wissenschaftliche Erkenntnisse mit praktischen Ansätzen, um Bewegung und Gesundheit im Alltag älterer Menschen nachhaltig zu fördern.

Präsenzvortrag mit dem Schwerpunkt Bewegung Fit bleiben durch körperliche Aktivität – Chancen und Hindernisse

Körperliche Aktivität wirkt sich nachweislich positiv auf die Gesundheit aus und fördert Mobilität, geistige Leistungsfähigkeit sowie das individuelle Wohlbefinden. Trotz dieser vielseitigen Vorteile bewegen sich insbesondere ältere Menschen im Alltag häufig zu wenig.

Im Rahmen des Vortrags werden die gesundheitlichen Effekte körperlicher Aktivität bei älteren Erwachsenen beleuchtet. Dabei werden individuelle Barrieren und Risikofaktoren analysiert und in den Kontext einer nachhaltigen Förderung von Bewegung im Alltag eingeordnet.

Dr. Ayda Rostamzadeh



Dr. Rostamzadeh ist Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie und seit 2018 als Oberärztin an der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie der Uniklinik Köln tätig. Ihre wissenschaftliche Arbeit konzentriert sich auf Studien zur Gesundheitskompetenz, zur Kommunikation von Demenzrisiken, zur psychischen Gesundheit in frühen Krankheitsstadien sowie auf die Entwicklung wirksamer Präventionsmaßnahmen.

Onlinevortrag mit dem Schwerpunkt Prävention Früherkennung und Prävention von Demenzerkrankungen

Die frühzeitige Erkennung und Prävention von Demenzerkrankungen gewinnt zunehmend an Bedeutung. Aktuelle Forschungsergebnisse zeigen, dass gezielte Präventionsmaßnahmen – unter Berücksichtigung individueller Risikofaktoren – das Fortschreiten der Erkrankung positiv beeinflussen und das persönliche Demenzrisiko senken können.

In ihrem Vortrag stellt Frau Dr. Rostamzadeh die diagnostischen Möglichkeiten einer Gedächtnisambulanz vor, gibt einen Überblick über aktuelle Therapieansätze und zeigt auf, welche Maßnahmen zur Prävention heute bereits wirksam eingesetzt werden können.