“Actief en veerkrachtig ouder worden, hoe doe je dat?”, prof.dr. Marcel Olde Rikkert

CAM - Culturele Activiteiten Molenhoek

Dinsdag 2 december 2025 van 20:00 tot 22:00 uur

Over 22 uur

Gemeenschapshuis De Wieken

Esdoornlaan 5, 6584 BD Molenhoek, Nederland

De helft van alle 90-plussers in Nederland kan zich goed redden! Maar willen we niet allemaal oud worden en toch jong en veerkrachtig blijven? Het is een (levens-) kunst die aan te leren is volgens Marcel Olde Rikkert (1962).

In deze lezing zal hij op begrijpelijke wijze uitleggen waarom mensen verouderen, hoe dat verloopt, en hoe daarbij ouderdomsziekten zoals dementie ontstaan. Door de verouderingsmechanismen beter te begrijpen, kun je zelf beter aan de slag om veerkrachtiger oud te worden. Daarvoor zal hij praktische handvatten en voorbeelden geven, die u zelf kunt toepassen. Vroege leefstijlkeuzes hebben invloed op toekomstige levenskwaliteit. Na zijn uiteenzetting gaat Olde Rikkert graag in op vragen uit het publiek.

Prof.dr. Marcel Olde Rikkert is hoogleraar geriatrie bij het RadboudUMC, hoofd van het RadboudUMC Alzheimer Centrum in Nijmegen. Gevoed door zijn werk in patiëntenzorg, onderwijs en onderzoek laat hij vaak praktische tips horen in interviews voor radio, televisie en dagbladen zoals de Gelderlander en andere media. Enkele van zijn boeken: "Ik heb dementie, 45 openhartige brieven met tips voor een beter leven" (2016), "Oud worden en jong blijven" (2017) en het Leerboek Geriatrie (4e druk 2023).

www.stichtingcam.nl

Waar

Middelaar, Molenhoek, Mook

Waarover

Gezondheid, Onderwijs / educatie / voorlichting

Wat

Presentatie / lezing / onderzoek

Ga voor meer informatie naar
maasburen.nl/agenda

"Actief en veerkrachtig o... 02-12-2025 / 20:00 - 22:00 Gemeenschapshuis De Wieke..
"Actief en veerkrachtig o... 02-12-2025 / 20:00 - 22:00 Gemeenschapshuis De Wieke..
"Actief en veerkrachtig o... 02-12-2025 / 20:00 - 22:00 Gemeenschapshuis De Wieke..
"Actief en veerkrachtig o... 02-12-2025 / 20:00 - 22:00 Gemeenschapshuis De Wieke..
"Actief en veerkrachtig o... 02-12-2025 / 20:00 - 22:00 Gemeenschapshuis De Wieke..
"Actief en veerkrachtig o... 02-12-2025 / 20:00 - 22:00 Gemeenschapshuis De Wieke..
"Actief en veerkrachtig o... 02-12-2025 / 20:00 - 22:00 Gemeenschapshuis De Wieke..
"Actief en veerkrachtig o... 02-12-2025 / 20:00 - 22:00 Gemeenschapshuis De Wieke..
"Actief en veerkrachtig o... 02-12-2025 / 20:00 - 22:00 Gemeenschapshuis De Wieke..
"Actief en veerkrachtig o... 02-12-2025 / 20:00 - 22:00 Gemeenschapshuis De Wieke..
"Actief en veerkrachtig o... 02-12-2025 / 20:00 - 22:00 Gemeenschapshuis De Wieke..
"Actief en veerkrachtig o... 02-12-2025 / 20:00 - 22:00 Gemeenschapshuis De Wieke..
"Actief en veerkrachtig o... 02-12-2025 / 20:00 - 22:00 Gemeenschapshuis De Wieke..
"Actief en veerkrachtig o... 02-12-2025 / 20:00 - 22:00 Gemeenschapshuis De Wieke..
"Actief en veerkrachtig o... 02-12-2025 / 20:00 - 22:00 Gemeenschapshuis De Wieke..
"Actief en veerkrachtig o... 02-12-2025 / 20:00 - 22:00 Gemeenschapshuis De Wieke..