

Hauptprogramm

Was gibt es Neues in der Medizin? – Updates

HP 13 P / HP 13 L

Gekonnt älter werden

Schlüsselkompetenzen zum Erhalt von Lebensqualität und Zufriedenheit

Hauptprogramm
mit Livestream

Alt werden ist die einzige Möglichkeit, lange zu leben – und doch haben die meisten von uns kein gutes Verhältnis zum Altern. Mit zunehmendem Alter wird der Alltag meist dominiert von den Maläsen des Alters, den stärker werdenden Einschränkungen und den nachlassenden Kontakten. Noch dazu wissen wir alle nicht, was einmal im Alter auf uns zukommen wird und bereits diese Unsicherheit ist unangenehm.

Doch wird mit dem Alter wirklich alles schlechter? Absolut nicht. Die Alterspsychologie zeichnet ein durchaus differenzierteres und positiveres Bild. In diesem Vortrag werden Ihnen einerseits die Hard Facts der Forschung präsentiert sowie andererseits mit Mythen rund ums Älterwerden aufgeräumt. Die wichtigste Botschaft wird sein: Wir haben einen Großteil unseres Älterwerdens selbst in der Hand! Aus psychologischer Warte gibt es klare Einflussgrößen, die mitbestimmen, wie „gelingend“ wir unser Älterwerden gestalten (können).

Im Rahmen dieses Vortrags werden altersbezogene Veränderungen und Herausforderungen geschildert und ihre psychologische Bedeutsamkeit aufgezeigt. Darüber hinaus werden Eigenschaften, Strategien sowie ganz pragmatische Tipps und Tricks beleuchtet, die das Älterwerden charmanter betrachten lassen, den Alltag handhabbarer machen und mehr Zufriedenheitserleben mit dem Ganzen ermöglichen.

Für Medizinerinnen und Mediziner ist dies gleich in zweifacher Hinsicht relevant zu wissen – in ihrer Rolle als Begleitende von Patientinnen und Patienten sowie im eigenen Erleben des Älterwerdens.



**PRÄSENZVERANSTALTUNG/
LIVESTREAM**



Donnerstag, 30.04.2026



18:30-20:00 Uhr



26757 Borkum, Kulturinsel bzw.
Livestream auf der Lernplattform ILIAS



Die Veranstaltung findet in Präsenz vor Ort und online als Livestream statt. Bei der Anmeldung ist anzugeben, welche Form der Teilnahme – **Präsenz (P)** oder **Livestream (L)** – gewünscht wird.

MODERATION:

Univ.-Prof. Dr. med. Dr. h.c. H. **van Aken**,
Münster, Vorsitzender der Akademie für
medizinische Fortbildung der ÄKWL und
der KVWL

REFERENTIN:

Prof. Dr. rer. nat. habil. **L. Werth**,
Münster, Zentrum für Training und
Weiterbildung (ZTW e.K.)

HAUPTPROGRAMM

Die 80. Borkumer Fort- und Bildungswoche bietet wieder ein interessantes und vielseitiges Programm. Im Hauptprogramm finden weitere Updates und Veranstaltungen zu folgenden Themenbereichen statt:

- Update Kardiologie
- Update Pneumologie
- Update Infektiologie
- Update Zoonosen
- Update Neurologie
- Update Psychiatrie
- Update Gastroenterologie/Viszeralmedizin
- Update Schmerzmedizin
- Update Longevity - gesünder und länger Leben
- Blickdiagnosen – Was können sie über Krankheiten verraten?
- Update Dermatologie
- Evidenzbasierte Medizin – Wie bleibe ich up-to-date?
- Gekonnt älter werden – Schlüsselkompetenzen zum Erhalt von Lebensqualität und Zufriedenheit
- Fakt oder Fake – Was Social Media über Hormone, Pille und Wechseljahre erzählt
- Patientenverfügung verstehen und anwenden

Informationen zur Gesamtveranstaltung und zu den weiteren Veranstaltungen im Rahmen des Hauptprogramms unter www.akademie-wl.de/borkum

 Die Veranstaltung findet mit freundlicher Unterstützung von Biologische Heilmittel Heel GmbH (1.500,00€) statt.

WEITERE INFORMATIONEN



Technische Voraussetzungen für die Teilnahme am Livestream

- stabile Internetverbindung
- Browser: Mozilla Firefox, Google Chrome, Microsoft Edge bzw. Safari bei iOS
- Audiosystem und Mikrofon (z. B. Headset)
- Webcam



TEILNAHMEGEBÜHR

- | | |
|---------|-------------------------------------|
| € 20,00 | Mitglied/Nichtmitglied der Akademie |
| € 15,00 | Arbeitslos/Elternzeit |



AUSKUNFT UND SCHRIFTLICHE ANMELDUNG

Akademie für medizinische Fortbildung der ÄKWL und der KVWL, Postfach 40 67, 48022 Münster

Laura Issel



0251 929-2208



laura.issel@aekwl.de

Schriftliche Anmeldung erforderlich!

Nutzen Sie den Online-Fortbildungskatalog oder die Fortbildungs-App der Akademie für medizinische Fortbildung der ÄKWL und der KVWL, um sich zu der Veranstaltung anzumelden:



Präsenz
HP 13 P
ID: 6120



Livestream
HP 13 L
ID: 6123

www.akademie-wl.de/app

www.akademie-wl.de/fortbildungskatalog

Anforderung der Borkumbroschüre mit dem Gesamtprogramm:

 www.akademie-wl.de/borkum  0251 929-2204



MITGLIED WERDEN & VORTEILE GENIEßEN

Alle Informationen zur Mitgliedschaft in der Akademie für medizinische Fortbildung der ÄKWL und der KVWL unter:

www.akademie-wl.de/akademie/mitgliedschaft

