

Senioreille suunnattu luento- ja keskustelutarja käynnistyy kirjastossa

Studia generalia senioreille: hyvän ikääntymisen mahdollisuuksista

lääkäiden terveyteen ja toimintakykyyn vaikuttavia seikkoja on tutkittu vilkkaasti viimeisten kolmenkymmenen vuoden ajan. On olemassa runsaasti tietoja siitä, miten jokainen meistä voi vaikuttaa toimintakykynsä ja elämänlaatunsa säilymiseen vanhetessaan.

Turun kaupunginkirjasto, Turun Seudun Vanhustuki ry ja Suomen Senioriliike käynnistävät toukokuussa luento- ja keskustelutilaisuudet, joissa asiantuntijat kertovat oman alansa tutkimustuloksista ja keskustelevat niistä yleisön kanssa. *Studia generalia senioreille* -tilaisuudet jatkuvat elokuusta lähtien kerran kuukaudessa.

Avausluentona kuullaan Sirkka-Liisa Kivelän esitys *Elämä voittaa iäkkäänä*. Professori ja kirjailija Sirkka-Liisa Kivelä puhuu iäkkäiden depressioiden ehkäisystä ja hoidosta. Tilaisuuden jälkeen professori Kivelä myy ja signeeraa Studioissa uutuusteostaan *Depressiosta tasapainoon: Hyvä elämä iäkkäänä* (Kirjapaja 2009).

Aika ja paikka: ke 20.5. klo 12-13.30 Turun kaupunginkirjaston Studio, Linnankatu 2. Studioon mahtuu 80 kuulijaa. Ilmaisia lippuja voi noutaa vastaanotosta kirjaston aukioloaikoina ma-pe 10-20, la 10-16, su 12-18. Ei puhelinvarauksia, enintään 2 lippua / asiakas.

Tervetuloa kuulemaan ja keskustelemaan ajankohtaisista senioriasioista!

Lisätietoja

Sirkka-Liisa Kivelä
Suomen Senioriliike
sirkka-liisa.kivela(at)senioriliike.fi
040 7244 604
www.senioriliike.fi

Jaana Rantala
Turun kaupunginkirjasto
jaana.rantala(at)turku.fi
044 9072 721
www.turku.fi/kirjasto

Pirjo Immonen-Räihä
Turun Seudun Vanhustuki ry
pirjo.immonen-raiha(at)tyks.fi
050 3248 639
www.vanhustuki.fi

Korvaa sähköpostiosoitteiden (at) @-merkillä. Studia generalia senioreille on Turun kaupunginkirjaston, Turun Seudun Vanhustuki ry:n ja Suomen Senioriliikkeen yhteishanke.

Syksyllä tilaisuudet kunkin kuukauden toisena tiistaina Studioissa klo 12-13.30

- 11.08.** Pirjo Immonen-Räihä: **Alzheimerin taudin ehkäisy**
Arviointiyliääkärinä, dosentti ja geriatrian erikoislääkärinä Pirjo Immonen-Räihä puhuu Alzheimerin taudin ehkäisystä, joka on täysin mahdollista vielä ikääntyneenäkkin!
- 08.09.** Ismo Räihä: **lääkäiden ravitsemus**
Professori ja ylilääkärinä Ismo Räihä kertoo terveen ikääntymisen myötä muuttuvasta hyvästä ravitsemuksesta, ja lisäksi sairauksien ja lääkityksien aiheuttamista erityistarpeista.
- 13.10.** Laura Jartti: **Mikä on hoitotahto?**
Geriatrian erikoislääkärinä, lääketieteen tohtori Laura Jartti kertoo, miksi kannattaisi laatia hoitotahto, mitä siihen voisi laittaa, ja antaa käytännön ohjeita hoitotahdon laatimiseen.
- 10.11.** Sirkka-Liisa Kivelä: **Senioreiden turvallinen lääkehoito**
Professori ja kirjailija Sirkka-Liisa Kivelä puhuu senioreiden mahdollisuuksista edistää oman lääkehoitonsa turvallisuutta.

Luennot jatkuvat keväällä 2010, jolloin aiheisiin kuuluu mm. ikääntyneiden sosiaaliturvaan ja oikeuksiin liittyviä asioita.