



Stadt Zürich
Stadtspital Waid



Öffentliche Publikumsveranstaltung

Dank Ernährung weniger dement?!

Mittwoch, 11. April 2018

18.00 – 19.00 Uhr

Stadtspital Waid, Kongressforum

Zum Vortragsthema

Gesunde Ernährung spielt für unser alltägliches Wohlbefinden eine immer grössere Rolle. Vor allem die positiven Wirkungen auf das Herz-Kreislaufsystem sind mittlerweile sehr gut belegt. Stimmt es, dass Gutes fürs Herz auch gut fürs Hirn ist? Gibt es daneben wirklich «Superfood» mit belegter, direkter Wirkung auf das Gehirn? Michael Gagesch skizziert in seinem Vortrag den aktuellen Wissensstand zum Thema Ernährung und Demenzrisiko und liefert gleichzeitig Beispiele für gesunde und schmackhafte «Hirnnahrung» für eine optimale geistige Fitness bis ins hohe Alter.

Eintritt frei

Weitere Informationen und Anfahrtsplan

waidspital.ch/veranstaltungen
Stadtspital Waid
Tièchestrasse 99
8037 Zürich
+41 44 366 22 11
waidspital.ch

Referent



Dr. Michael Gagesch
Oberarzt Klinik für
Geriatrie, Universitäts-
spital Zürich

Über altaVita

altaVita ist der Verein zur Förderung der Altersmedizin und Altersarbeit.
altavita.ch