

## Information

### Wann

Freitag, 4. November 2016  
13.00–17.00 Uhr

### Kontakt

UniversitätsSpital Zürich  
Klinik für Geriatrie  
Nadine Binda  
nadine.binda@usz.ch

### Veranstalter

Alterstraumatologie Zentrum,  
UniversitätsSpital Zürich

Zentrum Alter und Mobilität,  
UniversitätsSpital Zürich und  
Stadtpital Waid

Healthy Aging Sprechstunde,  
Klinik für Geriatrie,  
UniversitätsSpital Zürich

Universitärer Geriatrie-Verbund  
Zürich



### Anmeldung

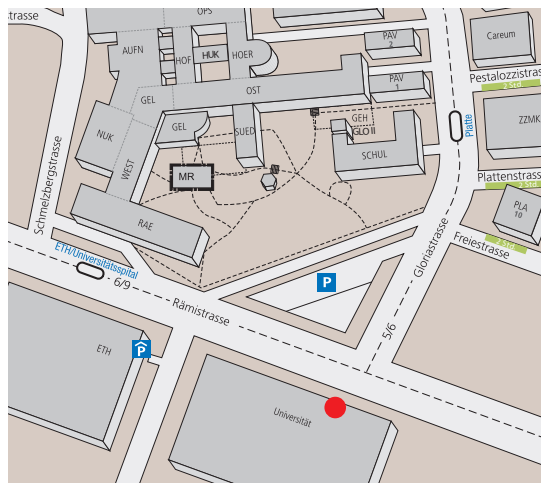
Es ist keine Anmeldung nötig.  
Die Teilnahme ist kostenlos.

### Veranstaltungsort

Universität Zürich  
Aula, Hauptgebäude  
Rämistrasse 71  
8006 Zürich

### Anreise

Ab Zürich HB mit Tramlinie 10  
oder 6, ab Bellevue mit Tramlinie 9  
bis Haltestelle ETH/Universitäts-  
Spital Zürich.



## Öffentlichkeitsanlass

# Gesund älter werden – Schmackhaft jung bleiben für kräftige Knochen und gutes Gedächtnis

Freitag, 4. November 2016  
13.00–17.00 Uhr  
Aula, Universität Zürich



UniversitätsSpital  
Zürich



Universität  
Zürich<sup>UZH</sup>

## Gesund älter werden – Schmackhaft jung bleiben für kräftige Knochen und gutes Gedächtnis

### 13.00 Uhr **Begrüssung**

Prof. Jürg Hodler, Ärztlicher Direktor, UniversitätsSpital Zürich  
Prof. Hans-Peter Simmen, Direktor der Klinik für Unfallchirurgie,  
UniversitätsSpital Zürich

### 13.10 Uhr **Das richtige Eiweiss – für die Mobilität, wieviel und für wen?**

Prof. Heike A. Bischoff-Ferrari, DrPH, Lehrstuhl Geriatrie und  
Altersforschung, Universität Zürich  
Direktorin der Klinik für Geriatrie, UniversitätsSpital Zürich  
Studienleiterin DO-HEALTH

### 13.30 Uhr **«Healthy Aging» – was ist belegt?**

Dr. Simeon Schietzel, Oberarzt, Klinik für Geriatrie,  
UniversitätsSpital Zürich

### 13.50 Uhr **Zurich – POPS**

#### **Optimale Versorgung nach Knochenbruch**

Dr. Otto Meyer, Stv. Direktor der Klinik für Geriatrie,  
UniversitätsSpital Zürich  
Prof. Christian Hierholzer, Oberarzt meV,  
Klinik für Unfallchirurgie, UniversitätsSpital Zürich

### 14.20 Uhr **Starke Bewegungen – I like to MOVE it!!**

Michèle Mattle, Bewegungswissenschaftlerin,  
Zentrum Alter und Mobilität, Universität Zürich

### **Kaffeepause**

### 15.00 Uhr **Musik und Gedächtnis**

Dr. Irene Bopp-Kistler, Leiterin Memory Klinik,  
Universitäre Klinik für Akutgeriatrie, Stadtspital Waid

### 15.20 Uhr **Gedächtnis-Diät und Karotten**

#### **Neues aus der Ernährungsforschung**

Prof. Heike A. Bischoff-Ferrari, DrPH, Lehrstuhl Geriatrie und  
Altersforschung, Universität Zürich  
Direktorin der Klinik für Geriatrie, UniversitätsSpital Zürich  
Studienleiterin DO-HEALTH

### 15.40 Uhr **Ein starkes Team: Darmbakterien und Bewegung**

Dr. Michael Gagesch, Oberarzt, Klinik für Geriatrie,  
UniversitätsSpital Zürich

### 16.00 Uhr **Hirnfunktionen: wie kann man fit bleiben?**

Dr. Sacha Beck, Leitender Arzt, Universitäre Klinik für Akutgeriatrie,  
Stadtspital Waid

### 16.20 Uhr **Neues von DO-HEALTH und MOVE for your MIND**

Dr. Andreas Egli, Co-Leiter, Zentrum Alter und Mobilität,  
Universität Zürich

### **Kleiner gesunder Apéro**