

Verantwortlich:

Dr. med. Jörg Zimmermann,
Ärztlicher Direktor
Karl-Jaspers-Klinik
Bad Zwischenahn

Dr. med. Timm Dauelsberg,
Chefarzt
Klinik für Onkologische Rehabilitation
Bad Zwischenahn

Dr. med. Günter Dietz,
Ärztlicher Direktor
Reha-Zentrum am Meer
Bad Zwischenahn

Kontakt:

Reha-Zentrum am Meer, Bad Zwischenahn
Tel.: 04403/61-789, Fax: 04403/61-788
e-mail: t.dauelsberg@rehazentrum-am-meer.de

Anmeldung:

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich

Kosten:

Es wird keine Teilnahmegebühr erhoben

Zertifizierung:

Die Zertifizierung des wissenschaftlichen
Symposiums erfolgt durch die Ärztekammer
Niedersachsen

Tagungsort:

Wandelhalle Bad Zwischenahn
Auf dem Hohen Ufer 24
26160 Bad Zwischenahn
www.bad-zwischenahn.de

**Wir danken für die freundliche Unterstützung
des Symposiums:**

Amgen	Madaus
Bayer	medac
Buck	Merck Serono
Coloplast	Novartis
Essex	Orthomol
GSK	Pfizer
Genzyem	Roche
Hutter	Wyeth

Lageplan:



Anfahrt & Parken:

A28 Ausfahrt „Neuenkrüge, Bad Zwischenahn“
oder „Zwischenahner Meer“; nach Bad
Zwischenahn; Wandelhalle im Zentrum;
Parkplätze im Umfeld der Wandelhalle vorhanden

Bahnhof:

Bad Zwischenahn auf der Strecke Oldenburg-
Emden, 2 km zur Wandelhalle



4. Regionaler Reha-Tag

**Sport, Motivation
und Gesundheit**

Offenes wissenschaftliches
Symposium

05. November 2010

Wandelhalle
Bad Zwischenahn

4. Regionaler Reha-Tag

Die Karl-Jaspers-Klinik, das Reha-Zentrum am Meer Bad Zwischenahn und die Deutsche Rentenversicherung Oldenburg-Bremen laden Sie herzlich zum 4. Regionalen Rehatag ein.

Sport ist gesund, das ist keine neue Erkenntnis, die meisten Menschen wissen es. Dennoch sind viele gesundheitliche Probleme auf einen Mangel an körperlicher Aktivität zurückzuführen. In den von uns vertretenen Fachbereichen Psychiatrie, Orthopädie und Onkologie gibt es zahlreiche wissenschaftliche Veröffentlichungen, die einen messbaren Nutzen von Sport hinsichtlich Lebensdauer und Lebensqualität belegen. Sport ist bei verschiedenen Erkrankungen ein wirksames sowie nebenwirkungsarmes „Medikament“.

Wie kann der Schritt vom Wissen über die gesundheitsfördernden Effekte des Sports zur regelmäßigen sportlichen Aktivität erleichtert werden, wie kann man Menschen dazu motivieren?

Unter dem Titel „**Sport, Gesundheit und Motivation**“ wollen wir uns dieser Frage stellen.

Wir haben in der Tradition der vorangegangenen Regionalen Rehatage erneut ein bewusst bunt gemischtes, interessantes Vortragsprogramm mit prominenten Rednern zusammen gestellt, das einerseits dem Anspruch einer wissenschaftlichen Tagung gerecht wird und andererseits auch ein interessiertes Nicht-Fachpublikum ansprechen soll.

Die Vorträge sollen wissenschaftlich und unterhaltsam zugleich sein und die Zuhörer im Sinne des Mottos anregen.

Wir hoffen mit dieser Vorankündigung Ihre Neugier geweckt zu haben und würden Sie gerne auf der Veranstaltung begrüßen.

Mit herzlichen Grüßen

Dr. G. Dietz, Dr. T. Dauelsberg, Dr. J. Zimmermann

Programm Freitag, 05.11.2010

13.45

Begrüßung und Eröffnung der Tagung

Dr. J. Zimmermann / Dr. G. Dietz / Dr. T. Dauelsberg

Grußworte

Dr. Arno Schilling, Bürgermeister Bad Zwischenahn
Peter-Oliver Weber, Geschäftsführer Deutsche Rentenversicherung Oldenburg-Bremen

14.00 Uhr

"Bewegen ist mehr Leben,,

Prof. em. Prof. h.c. Dr. Jürgen Dieckert
Emeritierter Professor für Sportwissenschaften der Uni Oldenburg, ehemals Präsidialmitglied des Deutschen Sport Bundes (DSB) und Präsident des Deutschen Turner Bundes (DTB), Ehrenpräsident des DTB

Das Thema „Prävention“ ist heute in aller Munde. Schon in den 70er Jahren entstanden die sogenannten „Trimpfade“. Prof. Dieckert gilt als einer der Väter der Trimpfade und mithin der Trimbewegung. Bewegen ist ein unverzichtbares Prinzip menschlicher Existenz. Die soll nicht nur in physisch-organischer Hinsicht, sondern vor allem in seiner psychischen und sozialen Bedeutung begründet und anschaulich vermittelt werden.

15.00 Uhr

"Sport- und Bewegungstherapie bei psychischen Erkrankungen"

Prof. Dr. Andreas Broocks
Chefarzt der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie
Ärztlicher Direktor der Carl-Friedrich-Flemming-Klinik, Helios-Kliniken Schwerin

Sport und Bewegungsprogramme können effektiv bei verschiedenen psychischen Erkrankungen eingesetzt werden, dies betrifft insbesondere depressive Erkrankungen und Angststörungen, jüngst konnte es aber auch für Patienten mit Psychosen aus dem schizophrenen Formenkreis gezeigt werden. Eine Herausforderung besteht in der Motivation der Patienten, körperliches Training auch über stationäre Aufenthalte hinaus fort zu führen.

16.00 Uhr

Pause

16.30 Uhr

Körperliche Aktivität und Krebs

Dr. Frerk Baumann
Sporthochschule Köln

Wie kann man eine Gruppe von an Prostatakrebs erkrankten Männern zu einer Wanderung über die Alpen motivieren? Welche Motivation hat eine Gruppe von an Brustkrebs erkrankten Frauen, 800 km entlang des Jakobsweges zu wandern? Was hat die Wanderung bei den Beteiligten bewirkt?

Kann man durch Sport bei Krebserkrankungen einen messbaren Nutzen erzielen?

17.30 Uhr

Motivation zur Höchstleistung im Spitzensport:

Alinghi 2003

Roland Gaebler
Mehrfacher Welt- und Europameister, Olympiamedaillengewinner im Segeln.

Kann uns die Motivation zur Höchstleistung im Spitzensport als Modell für den „normalen Menschen“ im Alltag dienen?

Das Thema Motivation wird am Beispiel der siegreichen Yacht „Alinghi“ beim America`s Cup 2003 mit Videoeinspielungen, Fall-Beispielen und Insider-Wissen referiert.

18.30 Uhr

Ende der Veranstaltung