



Gesundes Altern: Teilnehmerin an FAU-Langzeitstudie feiert ihren 100. Geburtstag

12. Februar 2013

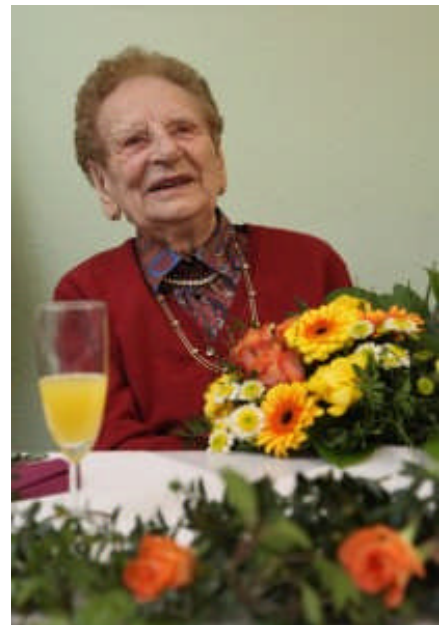
Wie wichtig geistige und körperliche Aktivität für ein gesundes Altern ist, ist spätestens seit der SimA-Langzeitstudie der Friedrich-Alexander-Universität Erlangen-Nürnberg (FAU) bekannt: Ein Forscherteam unter der Leitung von Prof. Dr. Wolf D. Oswald untersucht seit 1991 die Bedingungen für gesundes und erfolgreiches Altern. Teil der Studie ist auch ein wissenschaftlich fundiertes Gedächtnis- und Bewegungstraining, für das erstmals ein hoher langfristiger Präventionseffekt gegen Alzheimer nachgewiesen wurde. Für Anna Loos aus Furth hat sich die Teilnahme an der Studie mit Sicherheit gelohnt: Die Teilnehmerin an der Langzeitstudie feierte am 11. Februar im frankischen Furth ihren 100. Geburtstag.

Im Fritz-Seuß-Seniorenclub, den sie nach wie vor gelegentlich besucht, empfing Anna Loos die zahlreichen Gratulanten, die ihr zu diesem Jubeltag ihre Aufwartung machen wollten. Anna Loos lebt nach wie vor selbständig in ihrer Wohnung und hält ihr Gedächtnis regelmäßig mit kleinen Aufgaben auf Trab. Auch für ihr körperliches Wohlbefinden unternimmt sie einiges, um fit zu bleiben. Mit großer Sorgfalt füllt sie bis heute die jährlichen Fragebogen der Universität aus.

Die SimA-Langzeitstudie befragt seit 22 Jahren einen Kreis von Teilnehmern jährlich u.a. zu ihren Lebensumständen, Alltagskompetenzen, körperlichen und geistigen Fähigkeiten sowie zum momentanen Hilfebedarf. Nach dem Erfolg der Trainingsprogramme werden bereits seit vielen Jahren Trainer ausgebildet und SimA-Kurse im deutschsprachigen Raum, so auch in Nürnberg, Furth und Erlangen durchgeführt. Mehr Informationen zur Langzeitstudie finden Sie unter www.wdoswald.de, bzw. zu den SimA-Kursen unter www.sima-akademie.de.

Informationen für die Medien:

Prof. Dr. Wolf Oswald



Anna Loos feiert Ihren 100. Geburtstag (Bild: FAU)

Tel.: 0911 – 528 2670

forschung@wdoswald.de

Panorama