

Ein Unternehmen der LUKS-Gruppe


luzerner
kantonsspital
LUZERN SURSEE WOLHUSEN

Gsund
und zwäg
is Alter

Öffentliche Vortragsreihe
Programm 2026

In Kooperation mit

**PRO
SENECTUTE**
GEMEINSAM STÄRKER

Bluthochdruck: Wie oft? Wie diagnostiziert? Wie abgeklärt? Wie behandelt?

Dienstag, 3. März 2026

18.30–20.00 Uhr

Ort: LUKS Luzern Hörsaal

Referenten: Dr. med. Renate Schönenberger-Berzins / Prof. Dr. med. Stefan Toggweiler / Prof. Dr. med. Franz Messerli

Infos zum Thema: Bluthochdruck ist ein stiller Begleiter der häufig unentdeckt bleibt. Der Vortrag zeigt auf, was die Ursachen und Risiken sind. Unsere Spezialisten erläutern, wie der Bluthochdruck sicher diagnostiziert, sinnvoll abgeklärt und wirksam behandelt wird.



Dein Alltag, deine Chance: Krebs vorbeugen mit Lebensstil

Dienstag, 19. Mai 2026

18.30–20.00 Uhr

Ort: LUKS Luzern Hörsaal

Referentin: Dr. med. Daniela Weiler, Leitende Ärztin med. Onkologie, Lifestyle-Beratung

Infos zum Thema: Jeder von uns hat mehr Einfluss auf seine Gesundheit, als er denkt. Tägliche Entscheidungen können stärker wirken, als wir uns bewusst sind. Erleben Sie, wie Ernährung, Bewegung und kleine Veränderungen im Lebensstil dazu beitragen können, das Risiko für Krebs zu reduzieren.



Spezial-Apéro
Gesund
gesnackt

Neues Gelenk, neues Leben – mobil trotz Arthrose dank moderner Gelenkersatzchirurgie

Dienstag, 16. Juni 2026

18.30–20.00 Uhr

Ort: LUKS Luzern Hörsaal

Referenten: Dr. med. Pascal Haefeli,
Leitender Arzt / Dr. med. Corina Giovanoli,
Oberärztin / Prof. Urs Müller, CO-Chefarzt

Infos zum Thema: Abgenutzte Gelenke mindern die Lebensqualität. Unsere Spezialisten zeigen, wie moderne Implantate an Hüfte, Knie und Schulter Beweglichkeit und Schmerzfreiheit zurückbringen. Wir demonstrieren Ihnen vor und nach dem Vortrag Ersatzgelenke und beantworten Ihre Fragen.



Greifen ohne Schmerzen – moderne Hilfe bei Finger- und Daumengelenksarthrosen

Dienstag, 18. August 2026

10.00–11.30 Uhr

Ort: LUKS Sursee, Räume Rigi und Pilatus

Referenten: Dr. med. Raffael Labèr,
Oberarzt mbF

Infos zum Thema: Unsere Hände sind wahre Meisterwerke – doch Arthrosen an Finger- und Daumengelenken können Schmerzen verursachen und die Beweglichkeit mindern. Wir zeigen, wie moderne Therapien gezielt lindern und die Handfunktion verbessern.



Schmerzen vermeiden – Tipps&Tricks für den Alltag

Dienstag, 15. September 2026
18.30 – 20.00 Uhr

Ort: Spital Nidwalden, Ennetmooserstr. 19,
6370 Stans, Restaurant Panorama

Referent: Dr. med. Severin Burki,
Co-Chefarzt, Leiter der Schmerzmedizin
des Spital Nidwalden

Infos zum Thema: Rücken zwick?
Knie schmerzen? Wir zeigen Ihnen, wie
Sie Beschwerden vorbeugen, Arthrose-
Risiken reduzieren und mit einfachen
Alltagstipps Ihre Beweglichkeit erhalten.
Praktisch, wirksam, direkt anwendbar.



«Gesünder älter werden» und «Volkskrankheit Magenbrennen»

Dienstag, 13. Oktober 2026
14.00 – 15.30 Uhr

Ort: Seminarlokal Rest. Rössli, Wolhusen

Referenten: Dr. med. Ulf Such, Leitender
Arzt Pneumologie / PD Dr. med. Thomas
Orth, Leitender Arzt Gastroenterologie

Infos zum Thema: Gesund älter werden
und Magenbrennen vorbeugen – zwei
Themen, die uns alle betreffen. Erfahren
Sie von unseren Spezialisten, wie Bewe-
gung, Ernährung und Prävention Körper
und Geist stärken und was wirklich hilft,
wenn der Magen brennt.



Ein
Nachmittag,
zwei
Themen

Hilfe, das Enkelkind ist krank oder verletzt! Tipps für Grosseltern im Notfall



Dienstag, 10. November 2026

18.30–20.00 Uhr

Ort: LUKS Luzern Hörsaal

Referenten: KD Dr. med. Iris Bachmann
Holzinger, Co-Chefärztin Notfall Kinder-
spital / Dr. med. Kai König, Kinderarztpraxis
im Garten Luzern

Infos zum Thema: Ob Sturz, Fieber oder
verschluckte Murre – erfahren Sie, wie
Sie in Notfällen ruhig bleiben, richtig han-
deln und erkennen, wann ein Arztbesuch
nötig ist. Mit praktischen Tipps und einer
Prise Humor für mehr Sicherheit im Alltag.



Live-Podcast
Dr. Schnodder & Co.
Moderation:
Andreas Balsiger
Spitalradio LUZ

Wenn Schweigen zur Zustimmung wird – die neue Organspende-Regelung

Dienstag, 15. Dezember 2026

18.30–20.00 Uhr

Ort: LUKS Luzern Hörsaal

Referent: Dr. med. Christian Brunner,
Consultant / Dr. med. Claudia Vonlanthen,
Leitende Ärztin

Infos zum Thema: Ab 2027 gilt in der
Schweiz die Widerspruchs-Regelung: Wer
sich nicht aktiv dagegen ausspricht, gilt als
Organspender/-in. Was heisst das für jeden
von uns – und für jene, die im Notfall ent-
scheiden müssen? Ein Abend mit Einblicken
in Gesetzgebung, Ethik und Notfallmedizin.



Pro Senectute Kanton Luzern

Seit über 100 Jahren unterstützen und entlasten wir Seniorinnen und Senioren in ihrem Alltag, damit sie möglichst lange selbstbestimmt in ihrem Daheim leben können.

- **Beratungsstellen Luzern, Emmen und Willisau:** Wir beraten ältere Menschen und ihre Angehörigen in jeder Lebenssituation.
- **Hilfen zu Hause:** Wir unterstützen Sie daheim.
- **Mahlzeitendienst:** 3x pro Woche werden abwechslungsreiche Menüs von Pro-Senectute-Mitarbeitenden geliefert.
- **Treuhand- und Steuererklärungsdienst:** Wir unterstützen Sie in administrativen und finanziellen Angelegenheiten.
- **Freiwillige:** Schenken Sie mit Freiwilligenarbeit Zeit und erhalten Sie viele wunderbare Erfahrungen zurück.
- **Docupass:** Wir beantworten Ihre Fragen rund um Ihre persönliche Vorsorge, insbesondere zur Patientenverfügung und zum Vorsorgeauftrag.
- **Magazin und Newsletter:** 4x pro Jahr erhalten Sie das Magazin zenit. Der Newsletter erscheint monatlich.
- **Kursprogramm impulse:** Bleiben Sie aktiv und mobil. Wir bieten ein umfangreiches Kursprogramm für jedes Budget.

Wir sind gerne für Sie da

lu.prosenectute.ch / 041 226 11 88

Spendenkonto IBAN CH86 8080 8005 7958 7261 9



**PRO
SENECTUTE**
GEMEINSAM STÄRKER

So sind Sie immer informiert

Informationen rund um die Veranstaltungen

Der Eintritt ist frei. Da bei den Vorträgen die Platzzahl beschränkt ist, nehmen wir Anmeldungen gerne elektronisch entgegen. Den Anmeldelink finden Sie direkt bei der jeweiligen Veranstaltung unter:
www.luks.ch/goz



Bei Fragen unterstützen wir Sie gerne telefonisch unter 041 226 11 93.

Nach dem Vortrag laden wir Sie gerne zu einem gesunden «Znüni», «Zvieri» oder Apéro ein.

Eine Veranstaltung verpasst?

Alle aufgezeichneten Veranstaltungen können Sie jederzeit unter www.luks.ch/goz noch einmal anschauen.

