

STADIENGERECHTES GEDÄCHTNISTRAINING IN FELDKIRCHEN

„Wo war nochmal...?“ und „Wie heißt der...?“

Viele Menschen, die sich Sorgen um ihr Gedächtnis machen, denken, dass man da sowieso nichts mehr tun kann. Tatsächlich aber kann regelmäßiges Training die „grauen Zellen“ wieder in Schwung bringen. Egal ob man nur hin und wieder etwas vergisst, ein wenig mehr Probleme mit dem Gedächtnis hat oder eine Demenzerkrankung dahintersteckt. Gezieltes stadiengerechtes Training kann neue Gedanken und alte Erinnerungen wecken, es unterbricht den Alltag und fordert die TeilnehmerInnen. Gezielte Übungen fördern das Miteinander, können einem Gedächtnisverlust entgegenwirken und dazu beitragen, vorhandene Fähigkeiten länger aufrecht zu erhalten.

Karin Laschalt, Leiterin der MAS Demenzservicestellen, bringt es auf den Punkt: „Konzentration, Kreativität, Alltagsfähigkeiten und Bewegung. Und das alles mit Spaß und Humor und mit allen Sinnen.“

Die Gruppe „Feldkirchen“ findet 1x pro Woche in der Musikschule statt, ein Schnuppern ist jederzeit möglich.

Für alle, die sich Sorgen um ihre Gedächtnisleistung machen, bietet die MAS [Alzheimerhilfe](http://www.alzheimerhilfe.at) einen kostenlosen Gedächtnischeck durch eine klinische Psychologin als Früherkennungsmaßnahme. Nähere Informationen und die Anmeldung für das Training oder die Früherkennung bei Karin Laschalt unter 0664/8546699 oder karin.laschalt@mas.or.at. Weiterführende Infos www.alzheimerhilfe.at; : MAS Alzheimerhilfe

