

MAS ALZHEIMERHILFE

Schnuppertraining fürs Gedächtnis

LINZ. Wo war nochmal...? Die MAS Alzheimerhilfe lädt am Donnerstag, 30. April, zum kostenlosen Schnuppertraining fürs Gedächtnis.

Es ist normal, dass mit zunehmendem Alter die Gedächtnisleistung nachlässt. Ein gezieltes Training kann jedoch helfen, der Vergesslichkeit entgegenzuwirken.

Die MAS Alzheimerhilfe, Demenzservicestelle Linz Nord/Urfahr bietet regelmäßige Trainingseinheiten, um die grauen Zellen fit zu halten. Trainiert wird Kurz- und Langzeitgedächtnis, Konzentration, Kreativität, Alltagsfähigkeiten und Bewegung. Am Donnerstag, 30. April, 13 Uhr, wird zum kostenlosen Schnuppertraining eingeladen. „Die Teilnehmerin-



Mit Übungen hilft Demenztrainerin Eva Neumüller (l.) das Gedächtnis fit zuhalten. Foto: MAS Alzheimerhilfe/Margot Haag

nen und Teilnehmer sowie ihre Angehörigen können sich selbst ein Bild über verschiedene Trainingsmöglichkeiten machen, erhalten nähere Informationen und können Fragen stellen“, erklärt Leiterin Rosa Handlbauer. Anmeldung: 0664 2139977, dss.linz-nord@mas.or.at ■