



Geistige Beweglichkeit und Aufnahmefähigkeit ist motivationsfördernd und trägt zu einer positiven Stimmungslage bei. Gedächtnistraining ist für Menschen aller Altersstufen sinnvoll, es fördert die Konzentrationsfähigkeit und steigert die Bereitschaft, aktiv am Leben teilzunehmen.

Auch für pflegebedürftige Menschen steigert es nachhaltig Wohlbefinden und Lebensqualität und bietet zusätzlich eine Möglichkeit für Abwechslung und spielerische Unterhaltung im Alltag.

Auf der Webseite des Bundesverbands Gedächtnistraining e.V. können Sie selbst einmal trainieren.

Jedoch sollten Sie unbedingt beachten, dass Gedächtnistraining bei Demenz nicht sinnvoll ist. Durch Gedächtnistraining lässt sich die Krankheit weder aufhalten, verlangsamen noch verbessern. Im Gegenteil, Gedächtnistraining würde in diesem Fall dem Demenz-Erkrankten immer wieder seine Unfähigkeit vor Augen führen, ihn beschämen und demotivieren.

Über den Umgang mit Ihren Angehörigen bei Demenz finden Sie detaillierte Informationen im Kapitel Demenz.

