

Beschäftigungsangebote und Nichtmedikamentöse Therapie – Gedächtnistraining

Diese Übersicht beschäftigt sich mit Videos, die aufzeigen welche Möglichkeiten des Gedächtnistrainings es gibt und wie kann es durchgeführt werden kann (Stand: Mai 2020).

Gedächtnistraining im Alter - Vorbeugung vor Demenz und "Alters"heimer	
Filminhalt/Beschreibung:	Gedächtnistraining, Konzentrationsübungen Gehirnjogging für Senioren - Vorbeugung von Alzheimer-Demenz. Lernwerkstatt zum gehirngerechten Lernen, Gedächtnisspiele, Konzentrationsübungen für Erwachsene und Senioren, Gehirnjogging, Lernspiele, Merktechniken für Jung und Alt.
Filmlänge:	8:57 Minuten
Quellenangabe/Links:	https://www.youtube.com/watch?v=Dopsu-cUt2o
Wegweiser Demenz - M wie Morchelsalat	
Filminhalt/Beschreibung:	Regelmäßiges Gedächtnistraining kann Demenzkranken helfen, ihre geistigen Fähigkeiten möglichst lange zu erhalten. Denn gerade im frühen und mittleren Stadium der Krankheit lässt sich im Langzeitgedächtnis gespeichertes Wissen aktivieren -- darunter Sprichwörter, Redewendungen oder die Abfolge der Wochentage. Erfahrene Trainer vermeiden durch spielerische Übungen, dass bei den Teilnehmern Versagensängste aufkommen oder ein Gefühl von Leistungsdruck entsteht. Im Video üben sich Cornelia Lohmann von der Alzheimer Gesellschaft Bochum und ihre Gedächtnistrainings-Gruppe im geistigen Kofferpacken. Die Teilnehmer nennen Dinge von A bis Z, die sie in den Urlaub mitnehmen würden. Dabei zählen auch ungewöhnliche Vorschläge. Das gemeinsame Üben motiviert und macht Spaß.
Filmlänge:	2:10 Minuten
Quellenangabe/Links:	https://www.youtube.com/watch?v=eH_RGzSTwwQ
Gedächtnistraining für Senioren mit und ohne Demenz	
Filminhalt/Beschreibung:	Eine kleine Unterstützung für alle diejenigen, die in Zeiten von Corona Senioren mit einer demenziellen Veränderung zu Hause betreuen und denen vielleicht die Ideen ausgehen. Das rund 20-minütige Video mit Übungen zum Gedächtnistraining kann von Senioren mit und ohne Demenz angesehen und bearbeitet werden. Menschen, die

	an einer Demenz erkrankt sind, können das Video mit ihren Angehörigen gemeinsam ansehen und die Fragen beantworten.
Filmlänge:	17:19 Minuten
Quellenangabe/Links:	https://www.youtube.com/watch?v=10MsHk0qPNA
Volle Kanne ZDF Thema: Gedächtnistraining 28.12.2011	
Filminhalt/Beschreibung:	Am 28.12.2011 war Promi-Coach Oliver Geisselhart als Experte im ZDF-Serviceformat "Volle Kanne" zu sehen. Ein Test mit zwei Probanden zeigte, wie effektiv die "Geisselhart-Technik" funktioniert. In nur einer Stunde konnte Deutschlands Gedächtnistrainer Nr. 1 die Gedächtnisleistung der beiden verbessern. Den ganzen Bericht können Sie auf ZDF.de sehen.
Filmlänge:	14:27 Minuten
Quellenangabe/Links:	https://www.youtube.com/watch?v=8Sa14MVh5fU
Gedächtnistraining im Seniorentaining	
Filminhalt/Beschreibung:	Im Seniorenbereich ist Gedächtnistraining sehr wichtig, es hält ihren Kopf fit und ist ein Teil von Sturzprophylaxe
Filmlänge:	4:19 Minuten
Quellenangabe/Links:	https://www.youtube.com/watch?v=v2rs7oqlqHU