



Gedächtnistraining 2025



alzheimer
Zug

Demenz

Gedächtnistraining

- / Dieses Angebot richtet sich an Menschen, deren kognitiven Fähigkeiten durch die Demenz eingeschränkt sind. Es beinhaltet ein kombiniertes Training unter Stimulierung sämtlicher Sinne und richtet sich nach den individuellen Fähigkeiten der Teilnehmenden. Es aktiviert geistige und kreative Fertigkeiten, im geschützten Rahmen können Wertschätzung und Bestätigung erfahren werden. Gedächtnistraining zählt zu den nicht-medikamentösen Behandlungsansätzen für Menschen mit Demenz.

Ziele

Die zusammengestellten Lektionen orientieren sich an folgenden Zielen:

- / Aktivierung und Erhaltung vorhandener geistiger Fähigkeiten
- / Förderung und Erhaltung der Kommunikationsfähigkeit
- / Steigerung von Interesse und Aktivität
- / Steigerung des Selbstwertgefühls
- / Förderung der sozialen Kontakte
- / Verbesserung der Lebensqualität der Betroffenen und ihrer Angehörigen

Inhalte und Vorgehen

Der Ablauf der Lektionen folgt einer regelmässigen Struktur. Inhaltlich wird jeweils ein Thema aus den verschiedensten Bereichen wie Kultur, Natur, Gesellschaft und Alltag aufgenommen. Die Teilnehmenden können dabei ihre Berufs- und Lebenserfahrung aktiv einbringen.

Einen weiteren Schwerpunkt bilden musikalisch spielerische Bewegungs- und Koordinationsübungen. Das Programm regt sämtliche Sinne auf vielfältige Weise an und zielt damit auf folgende Fähigkeiten:

- / Merkfähigkeit
- / Örtliche und zeitliche Orientierung
- / Konzentration und Entspannung
- / Wortfindungen und Sprachfluss
- / Rechenleistung
- / Kreativität und Fantasie
- / Zusammenhänge erkennen

Teilnehmervoraussetzung

Interessierte Personen sollten folgende Kriterien erfüllen:

- / Die körperliche Mobilität erlaubt die aktive Teilnahme am Programm
- / Ihre persönliche Situation erlaubt eine regelmässige Teilnahme
- / Sie verstehen die deutsche Sprache
- / Die Fähigkeit, sich in eine Gruppe einzufügen, ist vorhanden

Organisation/Administration

Gruppenleitung

Eine ausgebildete Fachperson leitet das Gedächtnistraining in unserem Auftrag. Sie orientiert sich in ihrer Arbeit an den spezifischen Bedürfnissen der Demenzerkrankten und bietet den Teilnehmenden ein angepasstes Programm ohne Hektik und Überforderung, dafür mit viel Heiterkeit und Lebensfreude.

Kosten

CHF 20.– pro Teilnahme [Quartalsrechnung]

Auskunft und Anmeldung

Daniela Bigler Billeter
Geschäftsstelle Alzheimer Zug
Gotthardstrasse 30
6300 Zug
041 760 05 60 • info.zug@alz.ch
www.alz.ch/zg

**Unterstützen Sie
uns und werden
Sie Mitglied von
Alzheimer Zug**

Daten Gedächtnistraining 2025

Dienstag Vormittag, 09.30–11.30 Uhr
Dienstag Nachmittag, 14.00–16.00 Uhr

Ort

Alzheimer Zug, Gotthardstrasse 30, 6300 Zug
{2. Stock}

Januar	07./14./21./28.
Februar	04./11./18./25.
März	04./11./18./25.
April	01./08./15./22./29.
Mai	06./13./20./27.
Juni	03./10./17./24.
Juli	01./08./15./22./29.
August	05./12./19./26.
September	02./09./16./23./30.
Oktober	07./14./21./28.
November	04./11./18./25.
Dezember	02./09./16./23.

An nationalen und kantonalen Feiertagen fällt das Gedächtnistraining aus.

Titelbild: Barbara Bauer

