

G6 „Jeder ist seines Gehirnes Schmied“ – Das ältere Gehirn

Teil 4 der Fortbildungsreihe mit Prof. Dr. Sabine Weiss



In dieser Fortbildung erfahren Sie, wie sich das Gehirn im Laufe des Älterwerdens verändert, wie sich diese Prozesse nachhaltig positiv beeinflussen lassen und warum kontinuierliches Training sinnvoll ist. In der Jugend Gelerntes kann im Alter oft schneller reaktiviert werden – bedingt durch spezifische neurophysiologische Veränderungen, die späteres Wiedererlernen erleichtern.

Aktuelle Studien zeigen zudem, dass mentale Gesundheit und eine positive Einstellung zum Älterwerden nicht nur mit dem Erhalt, sondern auch mit einer Steigerung der kognitiven und körperlichen Leistungsfähigkeit verbunden sein können. Weiterhin werden neuronale und kognitive Alterszeichen aufgezeigt sowie erklärt, warum präventive Maßnahmen wie Gedächtnistraining, Bewegung und Ernährung im Gehirn positiv wirken. Der Kurs legt den Schwerpunkt auf die theoretischen Grundlagen des Gehirntrainings, die durch praktische Beispiele veranschaulicht werden.

Inhalte:

- Biologie der Gehirnalterung
- Neuronale und kognitive Alterszeichen
- Gehirn, Kognition und Sprache im Alter
- Aufbau und Erhalt der neurokognitiven Reserve durch Gehirntraining
- Trainingsschwerpunkte für das ältere Gehirn

Hinweis: Bitte fragen Sie bei uns nach, ob auch Fortbildungspunkte für die Zertifikatsverlängerung beim BVGT vergeben werden.

Zielgruppen

GedächtnistrainerInnen, ErgotherapeutInnen, LogopädInnen

Termin

29.10.2027 (Freitag)

Ort

Hamburg

Dauer

08.45 - 16.00 Uhr

Preis

125,- Euro (zzgl. 3 Euro für Skript)

Kursleitung

Prof. Dr. Sabine Weiss, Fachreferentin im BVGT

Weitere Informationen

Swantje Fuchs / Birgit Rathje

Tel.: 040-44 13 67