

**Ambulanzzentrum Haus 26**

Psychiatrisches Zentrum Nordbaden  
 Heidelberger Straße 1a, 69168 Wiesloch  
 Ärztliche Leiterin: Jean Keller  
 Pflegerischer Leiter: Peter Salat

**Anmeldung über das Ambulanzzentrum**

- Bereich Alterspsychiatrie 06222 55-2287

**Anfahrt**

Mit dem PKW folgen Sie in Wiesloch der Beschilderung „Psychiatrisches Krankenhaus“.  
 Mit öffentlichen Verkehrsmitteln fahren Sie vom S-Bahnhof Wiesloch-Walldorf mit den Bussen der Linie 702/707 bis zur Ringstraße. Dann umsteigen in die Buslinie 709 bis zum PZN.  
 Von Heidelberg mit der Straßenbahnlinie 23 bis Leimen, dort umsteigen in die Buslinie 723 bis zur Haltestelle Krankenhaus.



Ambulanzzentrum

**Gedächtnistraining**

Im Internet: [www.pzn-wiesloch.de/P1213](http://www.pzn-wiesloch.de/P1213)



Ein Unternehmen der **zfp** Gruppe Baden-Württemberg

10/025-11.17/500/W3/PS

[www.pzn-wiesloch.de](http://www.pzn-wiesloch.de)



**Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient  
sehr geehrte Angehörige,**  
mit diesem Flyer möchten wir Sie über das Gedächtnistraining, ein Angebot unserer Psychiatrischen Fachambulanz, informieren.

### **Was ist Gedächtnistraining?**

Das Gedächtnistraining trägt dazu bei, dass sich ältere Menschen auf den Prozess des Alterns einstellen und dabei ihre kognitiven Leistungsfähigkeiten aktivieren, trainieren und verbessern können.

Neben körperlicher Fitness ist geistiges Training Voraussetzung für den Erhalt der Gesundheit und des Wohlbefindens.

Die Schulung des Gedächtnisses ist neben der medikamentösen Behandlung ein wichtiger Teil der Therapie und Prävention.

Man ist immer so alt, wie man sich selbst macht und fühlt.

### **Inhalte der Gedächtnis-Gruppe**

Die Teilnehmer werden in der Gruppe zur geistigen Aktivität motiviert, können spielerisch und aktiv Kontakte knüpfen und werden so in ihrer geistigen Vitalität gefördert:

- durch Übungen zur Verbesserung der Konzentrations- und Merkfähigkeit, ohne Zeit- und Leistungsdruck
- durch Übungen zur Steigerung der geistigen Leistungsfähigkeit mit verschiedenen Sachthemen

Die Gruppe bietet Plätze für maximal zehn Teilnehmer.

