

Presseinfo

Graue Zellen adé: Ganzheitliches Gedächtnistraining im Betreuten Wohnen Neu-Isenburg

Neu-Isenburg, 19.02.2025 – Der ambitionierte Anton kennt die integre Irmgard und die integre Irmgard wiederum den perfektionistischen Paul. Oder war es doch der paritätische Paul? Nur eines von vielen Spielen, das zu Beginn des Gedächtnistrainings im Betreuten Wohnen der Freiherr-vom-Stein-Straße 16 für die ersten Lacher sorgt. Jede/r der Teilnehmenden gibt sich selbst ein Eigenschaftswort mit dem Anfangsbuchstaben seines Namens. Danach ist immer der oder die zuletzt benannte Person am Zug und muss die Namenskombination von mindestens einer weiteren Person kennen, die als nächstes drankommen soll. Als Förderer war die Salus BKK zum Kursstart nun live dabei und begleitete die Gruppe durch die Übungen.

Es herrscht eine angenehme Stimmung am Mittwochnachmittag im Gemeinschaftsraum der Betreuten Wohnanlage in Neu-Isenburg. Zu Kaffee und Keksen sitzt eine muntere Gruppe von elf Teilnehmenden gemeinsam mit der Kursleiterin, der vom Bundesverband Gedächtnistraining e.V. zertifizierten Gedächtnistrainerin Ursula Döbert, an einem großen Tisch. Nach der Begrüßung und lustigen Namensrunde geht esmunter weiter. Mit jeder Übung wird das Schwierigkeitslevel ein wenig angehoben. Bei einem Spiel muss jede/r reihum eine Frage der Trainerin beantworten, mit einem Wort, dass auf „W“ anfängt und auf „r“ endet. Ein Beispiel: Gesucht wird ein Mann der die Zukunft vorhersagt. Im ersten Impuls, ruft man hier schnell „Hellseher“ oder „Astrologe“. Es ist natürlich der Wahrsager. Was theoretisch leicht klingt, gestaltet sich in der Umsetzung live, vor anderen, und unter Schuldigkeit einer Antwort, manchmal deutlich schwieriger. Fans von Spielen wie Scharade und Co. wissen das. Bis zum 30.04.2025 finden noch 5 weitere je 90-minütige Übungseinheiten statt. Neben diesen und ähnlichen Übungen wie rückwärts geschriebene Texte richtig vorzulesen, gibt es häufig auch kleine „Hausaufgaben“ mit Übungen für die freien Tage.

Gemeinschaftliches Projekt der Stadt Neu-Isenburg und der Salus BKK

Der neue Kurs ist eines von vielen Projekten, die die Salus BKK als gesetzliche Krankenkasse aus Neu-Isenburg gemeinsam mit der Stadt Neu-Isenburg realisiert. Gesundheitstage, Hitzepräventionsfrühstücke und hier, im Betreuten Wohnen, nach Qi Gong und „Yoga auf dem Stuhl“ nun auch das Gedächtnistraining. „Wir sind froh, hier vor Ort in den Einrichtungen aktiv etwas bewegen zu können. Die Lernfähigkeit und Aufnahmebereitschaft des Gehirns sowie die Rhetorik der Teilnehmenden positiv zu unterstützen, ist besonders mit Blick auf das Alter wichtig. Je länger diese Prozesse funktionieren, umso länger kann eine aktive Teilhabe gewährleistet werden“, äußert sich Ute Schrader, Vorständin der Salus BKK. Bürgermeister Dirk Gene Hagelstein ergänzt: „Wir freuen uns sehr, dass die Salus BKK als langjährig in Neu-Isenburg ansässige Krankenkasse erneut ihr Engagement für unsere Bürgerinnen und Bürger unter Beweis stellt. Die Gesundheitsförderung älterer Menschen gewinnt vor dem Hintergrund der steigenden Lebenserwartung und des zuneh-

mend höheren Anteils an älteren Menschen an der Bevölkerung zunehmend an Bedeutung. Gerade deshalb sind die Angebote der Salus BKK von hohem Wert für uns. Wir danken für die kontinuierliche Unterstützung und das starke soziale Engagement in Neu-Isenburg.“

Über die Salus BKK:

Die Salus BKK wurde 1895 als Betriebskrankenkasse der Philipp Holzmann AG gegründet. Heute gehört sie mit über 350 Mitarbeitenden an 15 Standorten und über 169.000 Versicherten zu den bundesweit 25 größten Betriebskrankenkassen.

Weitere Informationen auch unter www.salus-bkk.de

Pressekontakt und Information:

Salus BKK, Hauptverwaltung, Siemensstraße 5a, 63263 Neu-Isenburg

Andreas Neubeck, Referent Marketing und Presse

Telefon: 06102 2909-26, andreas.neubeck@salus-bkk.de, www.salus-bkk.de/presse