

Tipp November 2012:

Mit Knobelaufgaben halten Sie das Gehirn Ihres Angehörigen und auch Ihr eigenes fit.

Knobelaufgaben

Ein gutes Gehirntraining erreichen Sie, wenn Sie je nach den Neigungen und früheren Gewohnheiten Ihres Angehörigen gemeinsam z. B. ein Kreuzworträtsel lösen oder ein Puzzle legen. Aber auch andere Übungen, die Sie in Ihren gemeinsamen Alltag integrieren können, bringen Ihnen vielleicht zusammen sehr viel Spaß. Denken Sie bei allen Übungen bitte daran, dass es dabei nicht darauf ankommt, besser als Ihr Angehöriger zu sein! Sehen Sie die Sache spielerisch, wie mit einem Kind. Schon die Tatsache, Ihren Angehörigen zur zeitweiligen Konzentration auf die Aufgabe zu bewegen, ist ein Erfolg! Hier eine Übung mit dem Einkaufszettel:

Lassen Sie Ihren Angehörigen die folgende Einkaufsliste ruhig und konzentriert 2-mal durchlesen. Decken Sie sie ab, und fragen Sie ihn, welche Sachen ihm noch einfallen. Auf die richtige Reihenfolge kommt es dabei nicht an. Kleine Hilfe: Es sind 10 Posten.

Kartoffeln, Butter, Radieschen, Eier, Mehl, Waschmittel, Schokolade, Katzenfutter, Backpapier und Leberwurst.

Quelle: Demenz: Pflege und Betreuung zuhause vom 11.08.2012

