

Spazieren & Gehirn trainieren

MAS Gedächtnisparcours im Bad Ischler Sisi-Park neu gestaltet

BAD ISCHL. 2010 wurde in Bad Ischl der erste Gedächtnisparcours Österreichs eröffnet. Für die Kulturhauptstadt Europas Bad Ischl Salzkammergut 2024 haben Schülerinnen der HLW Bad Ischl in Zusammenarbeit mit der MAS Alzheimerhilfe den Parcours im Sisi-Park nun neu gestaltet. Unter der pädagogischen Leitung von Gregor Stempfer und Claudia Schmirl (HLW Bad Ischl) sowie Michaela Bichler und Julia Wimmer-Elias (MAS Alzheimerhilfe) wurden die Übungstafeln in der Hasnerallee überarbeitet. Bei den neuen Übungstafeln können interessierte Personen jeden Alters ihre geistige Fitness überprüfen und fördern. „Die Schülerinnen haben durch intensive Recherche, Kreativität und Empathie etwas Positives für die Gemeinschaft geschaffen“, erklärt Stempfer. „Dieser kurzweilige Gedächtnispar-



Die HLW Bad Ischl, die Gemeinde Bad Ischl und die MAS Alzheimerhilfe haben den Gedächtnisparcours erneuert.

Foto: MAS Alzheimerhilfe

cours bietet neben hoffentlich unterhaltsamen Übungen auch eine niederschwellige Möglichkeit, um sich den Themen 'kognitives Training' und 'Demenzprävention' spielerisch im öffentlichen Raum zu nähern. Die Übungen werden zum ersten Mal auch in englischer

Sprache bzw. digital angeboten“, sagt Gerald Kienesberger, Geschäftsführer MAS Alzheimerhilfe. Die sieben Übungen trainieren Langzeitgedächtnis, Kreativität, Kurzzeitgedächtnis, Wahrnehmung, Ordnen und Rechnen, Bewegung sowie Konzentration.