

Dit **moet** U beslist gelezen hebben.

Wetenschappers verzetten zich tegen misleidende geheugentrainingen

Computerspellen die erom bekend staan dat oudere mensen daar hun algemeen geestelijk vermogen mee kunnen verbeteren en dementie tegengaan, zijn loze beloftes. Daar zijn wetenschappers het unaniem over eens. "Er is geen overtuigend wetenschappelijk bewijs dat commerciële geheugentrainers de afnemende geestelijke gesteldheid

ten gevolge van ouderdom verminderen of omkeren", zo staat in een verklaring die meer dan 70 internationaal gerenommeerde cognitie- en neurowetenschappers op initiatief van de Stanford University en het Max Planck Institute for Human Development hebben ondertekend.

Volgens de experts profiteren de makers van dergelijke

producten met overdreven en misleidende argumenten alleen maar van de angst van ouderen voor dreigend geheugenverlies. Ook voor deze geheugentrainers geldt natuurlijk dat je betere resultaten krijgt als je veel speelt, maar dat heeft alleen betrekking op de spelletjes zelf – niet op het algemeen geestelijk vermogen.

"Als je lichamelijk actief bent, deelneemt aan het sociale leven en een geestelijk stimulerend leven leidt, heb je meer kans om geestelijk fit oud te worden", benadrukt Ulman Lindenberger, de directeur van het Center for Lifespan Psychology aan het Max Planck Institute for Human Development in Berlijn.

(mvdm)

C'T magazine voor computertechniek januari/februari 2015

Out of Memory is NIET de zoveelste geheugentraining App.

Out of Memory is uitsluitend een geheugen **ondersteunend** programma. Met behulp van meldingen op het scherm en ingesproken mededelingen wordt het dagelijks functioneren zo goed mogelijk begeleid. Out of Memory is een modern elektronisch prikbord dat op een gebruikersvriendelijke manier individueel aangepast kan worden voor een grote verscheidenheid van gebruikers met geheugenproblemen.