

## Hoe werkt het geheugen en hoe hou je het als senior op punt?

code 266

### Type vorming

|                             |                                    |
|-----------------------------|------------------------------------|
| Code                        | 266                                |
| Wanneer                     | 11/12/2019                         |
| Uur                         | 09:30 tot 12:00                    |
| Waar                        | Dienstencentrum De Knoop Gent      |
| Prijs                       | € 3,00 - € 0,00 voor participanten |
| Uiterste inschrijvingsdatum | 11/12/2019                         |
| Aantal uren vorming         | 2,50 uur                           |

### Extra info

[Afdrukbare  
fiche](#)

### Inhoud

Mensen leven, leren, beleven en willen herinneren, vasthouden, niet vergeten als het kan... liefst tachtig, negentig jaar lang. Maar kunnen we wel levenslang onthouden? En wat als het geheugen hapert?

We kunnen sowieso niet alles onthouden. Het 'normale vergeten' wordt beïnvloed door factoren als gezondheid, leeftijd, externe prikkels en psychische problemen. Een vermoeiende nacht? Weinig slaap? Dan is het volstrekt normaal dat we de volgende dag minder geconcentreerd zijn en bijgevolg meer en sneller vergeten.

Niet elke vorm van 'vergeten' is even erg. Het is zeker niet aangewezen om 'alles op één hoopje te gooien' als het gaat om vergetelheid. Hoe werkt ons geheugen? Welke invloed heeft leeftijd hierop? Wat kan er fout gaan? Hoe verlopen geheugentests? Wat mag je van een normaal geheugen verwachten? Op deze vragen gaan we tijdens deze lezing in.

### Door wie?

**Michael Portzky**

Klinisch neuropsycholoog

### Voor wie?

Deze activiteit is bedoeld voor (jong)senioren.

Studenten en professionelen kunnen niet deelnemen aan deze activiteit

