

Zorgwijzer Geheugen - Rudolf Ponds

- **Titel:** Zorgwijzer Geheugen
- **Auteur:** Rudolf Ponds, Frans Verhey
- **Uitgever:** Hersenstichting
- **Bestellen:**
<https://www.hersenstichting.nl/webwinkel/producten/zorgwijzer-geheugen>

Korte omschrijving

Dit boek biedt informatie over de werking van ons geheugen. En vooral ook over de veranderingen van het geheugen met het ouder worden. Ook wordt ingegaan op de verschillen tussen ouderdomsvergeetachtigheid en dementie en wordt de relatie besproken tussen geheugen en lichamelijke en psychische gezondheid. Daarnaast geeft het praktische tips over hoe men alledaagse vergeetachtigheid kan tegengaan.

