

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 54 (1976)  
**Heft:** 1

## Werbung

### Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 04.05.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



**Franziska  
Stengel**

# Gedächtnis spielend trainieren

Dreihundertdreissig Spielarten mit  
dreihundertdreissig Spielen

336 Seiten mit 16 ganzseitigen Farbtafeln

*Dr. med. Franziska Stengel, Fachärztin für innere Medizin in Wien, einem weiten Leserkreis bekannt durch ihre beiden Bücher «Von der goldenen Hälfte des Lebens» (65 000 Auflage) und «Köstliches langes Leben» (33 000 Auflage) zeigt sich uns hier von einer neuen Seite. Als ein warmherziger, optimistischer Mensch versteht sie wie selten jemand, Ernst mit Heiterkeit zu verknüpfen. Aus psychotherapeutischer Sicht wird in diesem Buch mit dem Instrument des Spielens das Denken und das Gedächtnis angeregt und geübt. Selbst ein lebendiges Beispiel für geistige Beweglichkeit, rät uns die Autorin, den Geist als sicheren Moderator des Lebens einzusetzen.*

Schlag nach bei Franziska!

Verlegen Sie oft Ihre Brille? Ihr Zigarettenetui? Vergessen Sie Telefonnummern? Gehören Sie zu dieser Sorte von qualvollen Erzählern, die beginnen: «Kürzlich hab' ich den Dings getroffen, wie heisst er nur, den na, Sie wissen schon, ach, Riedel heisst er, nein, Rudel. Oder Rabel?»

Fürchten Sie nichts, Sie sind nicht verkalkt. Irgendwo hat sich ein Riegel im Hirn vorgeschoben — jetzt haben Sie's, Riegel heisst der Kerl. Wie räumt man solche Blockaden weg? Wie findet man Brille und Zigarettenetui? Wie schafft man Ordnung in Schubladen und Schachteln seiner Phantasie? Wie macht man's, dass dieses verzwickte System im Hirn jeden Gedanken blitzschnell liefert, etikettiert und in Geschenkpackung?

Man braucht nur Franziska Stengels neues Buch zu lesen: «Gedächtnis spielend trainieren». Das vom Spielen darf man wörtlich nehmen, es sind Ratespiele, Rätselspiele, und ein Kapitel «Wer oder was bin ich?» geht auf Robert Lembkes TV-

Spiel ein. Gleich wird man frech und meint, man könne neben Lembke sitzen und den zu erratenden Beruf mit einem Anlauf erstürmen.

Die Autorin, Fachärztin aus Wien, beschenkt uns mit diesem herrlichen Trost: Der Mensch kann unbegrenzt bis ins höchste Alter lernen. Nerv und Nervenbahn ermüden nicht, sind also altersunabhängig. Das ist wie die Botschaft des Engels: Steh auf, nimm dein Buch und lies und lern!

Dieses Lernen geschieht vergnüglich: Was haben Rabe und Tinte und Indianer und Uhr gemeinsam? — Schlag nach bei Franziska!

Nie gerät bei diesem Training das Hirn in Atemnot, es exerziert keine Kniebeugen, sondern tanzt Ballett. Oder steppt wie Frank Sinatra. Nach einer einzigen Lektüre bin ich ein Hirngigant geworden: ich hab' mir den Verlag gemerkt, in dem das Buch erschienen ist. Bei Amore, Amant, Amour — hab's schon: bei Amandus.

Ich fürchte, ich liebe Franziska.

M. M. in «Welt am Sonntag», Hamburg



Brosch. Sonderausgabe **nur direkt** beim Verlag erhältlich: Amandus-Verlag, A-1096 Wien, Postfach 29. **Subskriptionsangebot nur für «Zeitlupe»-Abonnenten bis 30. April 1976 mit diesem Bestellschein.**

Ich bestelle ..... Exemplare der Sonderausgabe Dr. med. Franziska Stengel «**Gedächtnis spielend trainieren**» zum Preis von Fr. 17.— (Bei Bestellung in 10er-Paketen je Fr. 15.—).

Name und Vorname \_\_\_\_\_

Strasse \_\_\_\_\_

PLZ, Ort \_\_\_\_\_