***Langer mentaal fit blijven door een taal te leren?***

*Cursisten gezocht (65-85 jaar) voor een gratis online cursus Engels*

**Sommige mensen ervaren geheugenproblemen of stemmingsklachten op latere leeftijd. Onderzoek heeft laten zien dat actief zijn op latere leeftijd belangrijk is voor de mentale fitheid. Maar kan het leren van een taal, bijvoorbeeld Engels, ook helpen geheugen- en stemmingsklachten tegen te gaan? Het CogFlex onderzoeksteam van de Rijksuniversiteit Groningen zoekt dit uit.**

**Wie kan deelnemen?**

De onderzoekers zijn op zoek naar senioren (65-85 jaar) met **geheugenproblemen** of **stemmingsklachten** die mee willen doen! Verder is het belangrijk dat zij in het dagelijks leven vooral Nederlands spreken en niet zo goed zijn in Engels.

**Wat houdt het onderzoek in?**

Vooralsnog zal het onderzoek **digitaal** plaatsvinden. In het onderzoek krijgen deelnemers een **gratis, online cursus Engels** aangeboden die **drie maanden** duurt (van oktober 2021 tot januari 2022). De cursus is thuis te volgen, zolang deelnemers een laptop of tablet met internetverbinding hebben. Het is dus volledig veilig in deze coronatijd, en de onderzoekers hopen de deelnemers iets leuks te kunnen bieden waarbij zij bovendien nieuwe mensen ontmoeten.

Verder worden deelnemers in het kader van het onderzoek uitgenodigd voor een videogesprek vóór de cursus, direct na de cursus, en vier maanden na afloop. In deze gesprekken wordt door middel van testjes, vragenlijsten en interviews onderzocht hoe deelname aan de cursus het denkvermogen en de stemming beïnvloedt. Op [www.rug.nl/let/cogflex](http://www.rug.nl/let/cogflex) komt u meer te weten over hoe het onderzoek er precies uitziet.

**Vergoeding**

Als dank voor deelname bieden de onderzoekers, naast de gratis cursus, na het laatste testmoment een vergoeding van €100.

**Meedoen of meer informatie?**

Zin gekregen om mee te doen of wilt u meer informatie? Stuur dan een email met uw naam en uw telefoonnummer naar [cogflex@rug.nl](mailto:cogflex@rug.nl). U aanmelden voor het onderzoek kan ook via dit [contactformulier](https://www.rug.nl/research/clcg/research/nld2017/nld-research-projects/contact).