Fit für den Alltag
Fit im Kopf

Ein Kursangebot für Senior*innen ab 65

Wer kennt das nicht? Sich Namen, Zahlen und Fakten zu merken, bereitet zunehmend Probleme und im Gespräch liegen uns die Wörter auf der Zunge.
Hier im Kurs machen wir unterschiedlichste Übungen - ganz ohne Leistungsdruck - die die Merkfähigkeit, die Wahrnehmung, die Ausdrucksfähigkeit und Kommunikation pflegen und fördern. So halten wir uns für den Alltag fit.

Referentin: Claudia Weihgold-Schmidt, zertifizierte Gedächtnistrainerin des BVGT

Termine: mittwochs 15:00 – 16:30 Uhr

am 06.03. / 13.03. / 20.03. / 10.04.24
in der Begegnungsstätte

und am 17.04.24
im Wintergarten der Begegnungsstätte

Kursgebühr: 55,00 €

Veranstalter: Oekumenischer Sozialdienst Gröbenzell e.V.
Anmeldung unter 08142 5939640 (Di, Do & Fr, 10:00-12:00h)
oder per Mail an begegnung@oeksd-groebenzell.de