

Fit und Flott Gedächtnistraining

Mit Gehirnjogging Gedächtnis stärken

Di 13.02.2024, 10.00 Uhr - Di 27.02.2024, 11.30 Uhr

Ort:

Pfarrheim ZULF, Piracher Str. 16, 84489 Burghausen

Nicht nur die körperliche Bewegung ist für die Gesundheit sehr wichtig, auch das Gehirn muss fit gehalten werden. Wer sein Gedächtnis, seine Beweglichkeit und seine Fähigkeiten zur Alltagsbewältigung gezielt übt, kann dem Alterungsprozess langfristig entgegenwirken.

Immer dienstags 10.00-11.30 Uhr, außer in den Ferien:

13.02./20.02./27.02.

12.03./19.03./26.03.

09.04./16.04./23.04./30.04.

14.05./21.05./28.05.

11.06./18.06./25.06.

09.07./16.07./23.07.

Weitere Termine folgen, Änderungen vorbehalten!

Mitveranstalter:

KDFB Liebfrauen

Referentin:

Anna Elisabeth Bleich