KEB Katholische Erwachsenenbildung Rottal-INN-Salzach e.V.

Demenz

Lebensqualität fürs Alter (LeA)

Kurs in sechs Einheiten

Di 07.10.2025, 9.30 - 11.00 Uhr

Ein ganzheitliches Trainingsprogramm für Körper, Geist und Seele.
- Gedächtnistraining - mit Konzentration und Spaß fit bleiben
- Bewegung und Entspannung - Körperlich und geistig mobil sein
- Alltagskompetenz - Veränderung als Chance nutzen
- Was meinem Leben Halt gibt - Werte entdecken und Sinn finden

Ihr Gewinn: Selbstständigkeit behalten, dem Alter entgegenwirken, mehr Freude im Leben finden.

Termine (jeweils 9.30 Uhr - 11 Uhr): Di 07.10./14.10./21.10./04.11./11.11./18.11.

Ort
Dekanatshaus, Kapellplatz 8, 84503 Altötting

Referentin
Eva Huber

Kosten
18 Euro

Anmeldung
08671/4144 (KEB-RIS)

mehr Infos & Anmeldung

VÖ: 2025-05-26 10:06:42

Tel. (08671) 41 44
info@keb-ris.de
www.keb-ris.de