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

Allianz gegen Demenz

Lebensqualität fürs Alter (LeA)

Kurs in 6 Einheiten 14-tägig

Do 01.10.2026, 9.30 Uhr - Do 10.12.2026, 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):
Do. 01.10./ 15.10./ 29.10./ 12.11./ 26.11./10.12.2026

Ort
Pfarrheim, Kirchenweg 1, 84579 Unterneukirchen

Mitveranstalter
KDFB ZV Unterneukirchen

Referentin
Eva Huber

Kosten
18 Euro

Anmeldung
08671/4144 (KEB-RIS)

mehr Infos & Anmeldung

VÖ: 2026-03-12 09:50:16

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