



Ansprechpartner/in: Frau Marita Lehnhardt
Abt.: Jugend, Familie, Bildung und Soziales
Generelles, Persönliche und finanzielle Hilfen
Seniorentreff
Tel.: 02373 903 1298

04.09.2014

Ganzheitliches Gedächtnistraining im Seniorentreff **Nicht nur den Körper, sondern auch den Geist trainieren!** **-Zusatzkurs am Freitagvormittag-**

Aufgrund der starken Nachfrage bietet der Seniorentreff eine weitere Kurseinheit im ganzheitlichen Gedächtnistraining an.

Viele Menschen halten sich körperlich fit, vergessen aber ihr Gedächtnis zu trainieren. Dabei ist mittlerweile nachgewiesen, dass die Gehirnleistung des Menschen bereits ab dem 3. Lebensjahr nachlässt. Es liegt an Ihnen, Ihre geistige Leistungsfähigkeit zu erhalten und bestenfalls sogar noch zu steigern.

Dieser Kurs richtet sich an interessierte Erwachsene jeden Alters.

Wir bieten Ihnen in 10 Kurseinheiten die Möglichkeit, ihre geistige Fitness zu stärken. Mit unserem wissenschaftlich erprobten ganzheitlichen Gedächtnistraining geben wir Ihnen die Möglichkeit, Ihre Hirnleistung ohne Druck oder Leistungszwang effektiv zu steigern.

Dass Gedächtnistraining wirkt, können wir Ihnen auch beweisen. Aus Wunsch können Sie in einem Vor und Nachtest Ihre individuelle Steigerung der geistigen Leistungsfähigkeit ermitteln.

Zusätzlich haben Sie die Gelegenheit an einer wissenschaftlich begleiteten Studie zur präventiven Wirkung des ganzheitlichen Gedächtnistrainings teilzunehmen. Die Ergebnisse fließen anonymisiert in eine bundesweite Studie ein. Ob Sie daran teilnehmen, entscheiden Sie selbst.

Die Leiterin des Kurses ist Inge Leder, zertifizierte Gedächtnistrainerin des Bundesverbandes Gedächtnistraining e.V.; Fachtherapeutin für Hirnleistungstraining.

Die Zahl der Teilnehmer ist auf 8 Personen begrenzt.

Die Kursgebühr beträgt 36,50 €, zusätzlich 3,-€ Materialkosten, für 10 Vormittage.

Der Kurs beginnt: Freitag, 10. Oktober 2014 von 10.00 – 11.30 Uhr und geht bis 12. Dezember 2014.

Anmeldungen bitte bis zum 01.10.2014 im Büro des Seniorentreffs, Neumarkt 3 oder unter der Telefonnummer 02373/903-1298

Stadt Menden (Sauerland)

Neumarkt 5
58706 Menden
Tel.: 02373 903 0
www.menden.de/presse

Pressekontakt

Manfred Bardtke	Hannelore Pifczyk (Stellvertreterin)
Tel.: 02373 903 369	Tel.: 02373 903 302
Fax: 02373 903 386	Fax: 02373 903 386
E-Mail: presse@menden.de	

