



Ansprechpartner/in: Frau Marita Lehnhardt
Abt.: Schule, Sport und Soziales
Seniorentreff
Tel.: 02373 903- 1298

13.12.2016

Ganzheitliches Gedächtnistraining im Seniorentreff **Nicht nur den Körper, sondern auch den Geist trainieren!**

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.

Die Kurse richten 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.

Die Leiterinnen der Kurse sind zertifizierte Gedächtnistrainerinnen des Bundesverbandes Gedächtnistraining e.V.; Fachtherapeutin für Hirnleistungstraining.

Die Zahl der Teilnehmer ist jeweils auf 12 Personen begrenzt.

Die Gebühr beträgt 36,60 € für 10 Kurstage, zusätzlich Materialkosten.

mit Frau Weber beginnt:

Dienstag, 24. Januar 2017 von 15.00 – 16.30 Uhr

mit Frau Heintze- Warburg

Mittwoch, 25. Januar 2017 von 15.00 – 16.30 Uhr

Anmeldungen bitte im Büro des Seniorentreffs, Neumarkt 3 oder unter der Telefonnummer Menden 903 1298