

G' sunde Nachrichten

Gedächtnistraining mit Frau Svatos Sieglinde

Das Gedächtnis mit Leichtigkeit und Spaß trainieren, für mehr Fitness im Kopf.

Das Gesunde Dorf möchte gerne für die Bevölkerung von Schützen am Gebirge ein Gedächtnistraining ins Leben rufen und lädt zu einem kostenlosen Informationsabend ein.

Donnerstag, 13.03.2025 um 18:00 Uhr im G-Treff

Angesprochen sollen sich Erwachsene und Senioren fühlen, die ihr Gedächtnis aktivieren und trainieren möchten. Durch das Training verbessern sich:

- die Wahrnehmung,
- die Merkfähigkeit,
- die Konzentration,
- die Wortfindung
- und das logische Denken.



Natürlich geht es dabei auch um Sozialkontakte, gegenseitiges Interesse und Gespräche. Worum es NICHT geht: Wer weiß mehr, ist gescheiter, schneller oder besser im Denken als andere Teilnehmer:Innen. Es geht NICHT um Leistung, sondern das Denken selbst soll aktiviert werden und das alles mit viel SPASS.

Die künftige Trainerin Sieglinde Svatos wird Ihnen erklären, wie das Training abläuft und worum es genau geht. **Alle sind herzlich willkommen!** Die erste Trainingsstunde wird vom Gesunden Dorf finanziert und somit für alle Teilnehmer:Innen gratis sein.

