



Städtische Seniorenarbeit Groß-Gerau
***Gedächtnistraining
für Senior*innen***

Ab Mittwoch, 31. Mai 2023

16.00 bis 17.30 Uhr, „Haus Leni“, Darmstädter Straße 101

Anmeldung: 06152 – 716 52 00

Gedächtnistraining

Ziel ist, spielerisch und ohne Stress die Leistung des Gehirns zu steigern. Die gleichzeitige Aktivierung des gesamten Organismus hebt das körperliche und geistige Wohlbefinden.

„Das ganzheitliche Gedächtnistraining beteiligt Körper, Geist und Seele“, so die Kursleiterin Renate Wallenwein. Sie ist zertifizierte Gedächtnistrainerin für geistige Fitness. In lockerer Atmosphäre bietet sie Gedächtnis- und Denkübungen, kleine Koordinationsspiele und Momente der Entspannung an.

Der Kurs beginnt am 31. Mai 2023 und findet immer mittwochs von 16.00 bis 17.30 Uhr an folgenden Terminen statt:

31.05., 07.06., 14.06., 21.06., 28.06., 05.07., 12.07., 19.7.23

Die Kursgebühr beträgt 100,- Euro.

Veranstaltungsort: „Haus Leni“, Darmstädter Str. 101 in Groß-Gerau

Die Anmeldungen werden im Büro der Seniorenarbeit unter 06152-716 52 00 oder seniorenarbeit@gross-gerau.de bis zum 23. Mai 2023 entgegengenommen.

Öffnungszeiten: Montag, Dienstag, Donnerstag 9.00 bis 13.00 Uhr

Informationen:

Städtische Seniorenarbeit
Darmstädter Str. 101
64521 Groß-Gerau
Telefon: 06152-716 52 00

