

# Gedächtnistraining für Senioren

## Neu in Vitis!

Nutzen Sie die Gelegenheit sich geistig fit zu halten!

In lustiger Runde wird mit abwechslungsreichen Übungen das Kurzzeitgedächtnis aktiviert.

Auch Vorsorgeinformationen sowie Bewegungsübungen, Ernährungstipps und Anwendungen von Merktechniken für den Alltag sind wichtige Bestandteile des Trainings.

Teilnehmeranzahl: 6 bis max. 12 Personen

Kosten für das Wintersemester € 250,--/Person

Termin 2021/2022:

Uhrzeit 14.00 bis 15.30 Uhr

7.9., 21.9., 5.10., 19.10., 16.11., 30.11., 14.12., 11.1., 25.1., 8.2.

Ort: Haus der Musik und Kultur, 3902 Vitis

Anmeldung bis 20.8.2021 unter 0664 39 23 496 oder

[anmeldung@demenzfit.at](mailto:anmeldung@demenzfit.at)

Ich freue mich auf Sie!

Bis bald,

Ihre Claudia Spann



[www.demenzfit.at](http://www.demenzfit.at)