



GEMEINDE BAD KLEINKIRCHHEIM

Gemeindeamt

A-9546 Bad Kleinkirchheim, Kirchheimer Weg 1

Tel: 04240/8182, Fax: DW-36

E-Mail: bad-kleinkirchheim@ktn.gde.at, Homepage: www.bad-kleinkirchheim.gv.at

EINLADUNG

zur Kursreihe:

GEDÄCHTNISTRAINING

Das Ziel ist auf die **Wichtigkeit der geistigen Fitness** hinzuweisen und die **Vorteile für jeden** Einzelnen aufzuzeigen.

Gedächtnistraining ist ein wichtiger Bestandteil der **Gesunderhaltung** des Menschen. Der ganzheitliche Ansatz, bei dem der Mensch im Mittelpunkt steht, zeigt, dass Denken **Spaß** macht und **leicht im Alltag umgesetzt** werden kann. Durch dieses „**gewusst wie**“ ist es möglich, sein Gedächtnis quasi dauernd zu trainieren und sein **Potential optimal zu nutzen!**

WO: im „Raum der Pensionisten“ im Kulturhaus Bad Kleinkirchheim

Margeritenweg 3, Bad Kleinkirchheim

WANN: ab Mittwoch, den **7. Oktober 2020**

um **15.00 Uhr**

Bitte beachten Sie folgende Hinweise:

- Bitte befolgen Sie die Hygieneempfehlungen und desinfizieren Sie die Hände beim Betreten und beim Verlassen des Gebäudes!
- Beim Betreten des Gebäudes sowie während der Veranstaltung ist ein Mund-Nasen-Schutz zu tragen!
- Bitte halten Sie die Abstandsregelungen ein!

Informationen zur Kursreihe

Kursdauer: 10 Einheiten

Dauer je Einheit: ca. 1,5 Stunden

Kosten: € 4,00 je Einheit (diese Maßnahme wird zusätzlich vom Gesundheitsreferat des Landes Kärnten unterstützt).

Der Einstieg in die Gedächtnistrainingsgruppe ist **jederzeit möglich**.

Inhalt: Übungen zur **Wahrnehmung, Konzentration, Wortfindung, Abrufen und Merken** bringen Ihre grauen Zellen wieder richtig in Schwung und unterstützen Ihr Gehirn bei vielen Anforderungen im Alltag!

Kursleiterin: Frau Anna Lassnig aus Döbriach

Keine Anmeldung notwendig!

Weitere Terminierung – angepasst an die Gruppe – erfolgt beim 1. Kurs.

Wir freuen uns auf viele interessierte BürgerInnen!

Der Bürgermeister:

KommR Matthias Krenn

gesunde
gemeinde

LAND KÄRNTEN

gesundheitsland
kärnten
www.gesundheitsland.at