



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 Gemeindeamt Bad Kleinkirchheim

Kirchheimer Weg 1

WANN: ab Mittwoch, den 28. September 2022

um **14:30 Uhr**

Es gelten die aktuellen Covid-19 Bestimmungen!

Informationen zur Kursreihe

Kursdauer: 10 Einheiten, jeweils mittwochs um 14:30 Uhr

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

Keine Anmeldung notwendig!

Wir freuen uns auf viele interessierte Bürger(innen)!