



Gedächtnistraining

in den Räumen der Rems-Murrergo, Praxis für
Ergotherapie, Marktstraße 75/1 in 71364 Winnenden

Gedächtnistraining:

Im Laufe des Lebens nimmt die Leistungsfähigkeit des Gehirns ab. Das kann die Lebensqualität einschränken. Mittlerweile ist sich die Wissenschaft einig, dass die geistige Fitness im Alter durch gezieltes und **regelmäßiges Training** erhalten werden kann. Eine Lösung für bessere geistige Fitness ist, unser Gehirn zu fördern.

Durch das Gedächtnistraining wird **mit viel Spaß und ohne Stress** die Leistung des Gehirns gesteigert.

Gedächtnistraining – wozu?

- Trainiert die Konzentration und die Wahrnehmung
- regt zum kreativen Denken und Erinnern an
- steigert die Merkfähigkeit
- fördert die Kommunikation
- Weltwissen aktualisieren
- Stärkt das Selbstwertgefühl



Haben Sie Lust mit Gleichgesinnten an Ihrer geistigen Fitness zu arbeiten? Oder kennen Sie jemand für den genau diese Ziele zutreffend sind? Dann dürfen Sie gerne auf uns zukommen. Wir stehen Ihnen gerne bei Fragen unter der **Telefonnummer 07195/59 99 840** zur Verfügung.

Umfang und Finanzierung:

Die Gedächtnisgruppe umfasst **10 Trainingseinheiten á 60 Minuten**.

Die Termine finden immer **Freitagvormittag** statt.

Die Mindestteilnehmerzahl liegt bei 5 Personen.

Der **Preis für eine Einheit beträgt 18 Euro**. Unabhängig davon, ob alle Termine wahrgenommen werden können, muss die Bezahlung im Voraus geleistet werden.