



„Gehirn in Bewegung - neue Reize gegen Demenz“

Man kann viel tun, um das Gehirn in Bewegung zu halten. Neue Reize erhöhen die Merkfähigkeit und können sogar die Neubildung von Gehirnzellen anregen. Die Verknüpfung von Lerninhalten und Körperpunkten, Assoziationen und Koordinationstraining steigern die Denkfähigkeit. Je verrückter wir uns etwas aneignen, desto besser kann sich das Gehirn die Dinge merken. So kann sogar der Einkaufszettel überflüssig werden.

Mehr erfahren Sie in einem praxisnahen und unterhaltsamen Vortrag. Die Referentin zeigt ungewöhnliche Übungen, gibt Tipps für Zuhause und verrät viele Tricks, wie man sein Gehirn auf Trab hält.



18:00 - 19:30 Uhr

Die Referentin
Dr. Christiane Potzner,
Arbeitswissenschaftlerin an
der Uni Kassel und Expertin
für Gehirnforschung und
Gedächtnistraining

**Wir bitten um
vorherige
Anmeldung!**

**Die Teilnahme
ist kostenlos!**

MI, 16. Mai 2018 AWO-Altenzentrum Wabern
Kurfürstenstr. 12 · Tel. 05683 / 9235-10

MO, 8. Okt. 2018 AWO-Altenzentrum Niedenstein
Schulstr. 30 · Tel. 05624 / 92497-0

DI, 9. Oktober 2018 AWO-Altenzentrum Homberg
Hospitalstr. 4 · Tel. 05681 / 93606-0

DO, 1. November 2018
AWO-Altenzentrum Bad Zwesten
Hardtstr. 1b · Tel. 05626 / 92170-0

DI, 6. November 2018
AWO-Altenzentrum Spangenberg
Pfieffer Str. 13 · Tel. 05663 / 9396-0

MI, 14. Nov. 2018 AWO-Altenz.
Dr.-Horst-Schmidt-Haus
Lindenbergstr. 42, Melsungen
Tel. 05661 / 709-0