



## *„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!**

**DI, 5. Juni 2018**

**AWO-Altenzentrum Hessisch Lichtenau**  
Günsteröder Straße 11  
Tel. 05602 / 91778-0

**DO, 19. Juli 2018**

**AWO-Seniorenzentrum Eschwege**  
Döhlestraße 11  
Tel. 05651 / 308-0

**MO, 3. September 2018**

**AWO-Altenzentrum Witzenhausen**  
Joachim-Tappe-Weg 2  
Tel. 05542 / 30387-0

**MI, 24. Oktober 2018**

**AWO-Seniorenzentrum Sontra**  
Wichmannswiese 3  
Tel. 05653 / 9177-00