

Expertin leitet Workshop für geistige Fitness

Baunatal – Das Awo-Quartiersbüro „Am Stadtpark“ Baunatal veranstaltet am Donnerstag, 22. August, von 10 bis 12 Uhr den kostenfreien Workshop. Darin zeigt Dr. Christiane Potzner, wie man die geistige Fitness steigern und so dem Alterungsprozess im Gehirn entgegenwirken kann.

Die Expertin für Gehirnforschung und Gedächtnistraining an der Uni Kassel hält keinen Vortrag im eigentlichen Sinne, sondern setzt auf die Interaktion mit ihren Gästen. In diesem Workshop für Jedermann werden alle Gehirnbereiche zeitgleich aktiviert. Neue Gehirnzellen entstehen, und es findet eine bessere Vernetzung der Nervenzellen statt. Dabei steht der Spaßfaktor ganz oben.

ria

Anmeldung unter Telefon 05 61/95 38 00-11, E-Mail an bianka.poetter@awo-nordhessen.de