

Anmeldung und Information:

Silke Sänger-Kuessner

SFZ Gonzenheim

E-Mail: sfz-gonzenheim@juks-badhomburg.de

Mobil: 0171 8110379

Tel.: 06172 / 923696 (AB)

www.bad-homburg.de/sfz-gonzenheim





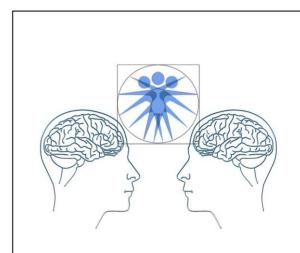
Herausgeber und Druck:

Stadtteil- und Familienzentrum Gonzenheim Gotenstraße 21 - 61352 Bad Homburg v.d.H.

Tel. 06172/923696

Mail: sfz.gonzenheim@juks-badhomburg.de

Stand:04/2025



Gedächtnistraining

jeden Donnerstag

10:00 - 11:00 Uhr

Gedächtnistraining

Das Training der kognitiven Fähigkeiten orientiert sich an 12 Trainingszielen, welche durch positive Anregung den Teilnehmer*innen den Spaß am Lernen und Erinnern vermitteln soll. Grundlage des Ganzheitlichen Gedächtnistrainings sind die neuesten wissenschaftlichen Erkenntnisse über die neuronalen Strukturen und die Funktionsweise des Gehirns.

Der Kurs umfasst ein Übungsprogramm für die Denkprozesse des Menschen zur Steigerung der Lebensqualität im Alter. Ganzheitliches Gedächtnistraining bezieht alle Sinne und beide Gehirnhälften ein.

Nachweislich verbessert es die Durchblutung und den Stoffwechsel des Gehirns, was zu einer Steigerung der allgemeinen Lernfähigkeit führt. Die gleichzeitige Aktivierung des gesamten Organismus hebt das körperliche und geistige Wohlbefinden. Der Kurs findet regelmäßig

Donnerstag von 10:00 - 11:00 Uhr

im Stadtteil- und Familienzentrum Gonzenheim, Gotenstraße 21, statt.

Kosten: 2€ je Termin

