



# AMTLICHE MITTEILUNG

## GEMEINDE BAD KLEINKIRCHHEIM

Kirchheimer Weg 1 • 9546 Bad Kleinkirchheim • +43 4240 8182

### EINLADUNG

zur Kursreihe:

# GEDÄCHTNISTRAINING

Das Ziel ist auf die **Wichtigkeit der geistigen Fitness** hinzuweisen und die **Vorteile für jeden Einzelnen** aufzuzeigen.

Gedächtnistraining ist ein wichtiger Bestandteil der **Gesunderhaltung** des Menschen. Der ganzheitliche Ansatz, bei dem der Mensch im Mittelpunkt steht, zeigt, dass Denken **Spaß** macht und **leicht im Alltag umgesetzt** werden kann. Durch dieses „**gewusst wie**“ ist es möglich, sein Gedächtnis quasi dauernd zu trainieren und sein **Potential optimal zu nutzen!**

**WO:** im Evident Hotel Prägant

Kirchheimer Weg 6

**WANN:** ab Mittwoch, den **25. September 2024**

um **14:30 Uhr**

#### Informationen zur Kursreihe

**Kursdauer:** 10 Einheiten, jeweils mittwochs um 14:30 Uhr

**Dauer je Einheit:** ca. 1,5 Stunden

**Kosten:** € 4,00 je Einheit (diese Maßnahme wird zusätzlich vom Gesundheitsreferat des Landes Kärnten unterstützt).

Der Einstieg in die Gedächtnistrainingsgruppe ist **jederzeit möglich**.

**Inhalt:** Übungen zur **Wahrnehmung, Konzentration, Wortfindung, Abrufen und Merken** bringen Ihre grauen Zellen wieder richtig in Schwung und unterstützen Ihr Gehirn bei vielen Anforderungen im Alltag!

**Kursleiterin:** Frau Anna Lassnig

**Keine Anmeldung notwendig!**

Wir freuen uns auf viele interessierte Bürger(innen)!

gesunde  
gemeinde 

Der Bürgermeister:

  
KommR Matthias Krenn

LAND  KÄRNTEN

 gesundheitsland  
kärnten  
www.gesundheitsland.at