



STADTTEIL- UND FAMILIENZENTRUM
BAD HOMBURG **Gonzenheim**

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



STADTTEIL- UND FAMILIENZENTRUM
BAD HOMBURG **Gonzenheim**

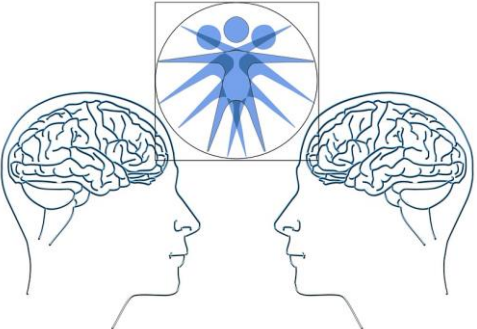
Herausgeber und Druck:

Stadtteil- und Familienzentrum Gonzenheim
Gotenstrae 21 - 61352 Bad Homburg v.d.H.

Tel. 06172/923696

Mail: sfz.gonzenheim@juks-badhomburg.de

Stand:08/2023



Gedächtnistraining

jeden Donnerstag

09:30 – 10:30 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 09:30 - 10:30 Uhr

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

Kosten: 2€ je Termin

