

EINLADUNG



© Bild von Freepik

Das Gehirn lernt ein Leben lang!



COMMUNITY
NURSING

Tipps für alltagsorientiertes Gedächtnistraining aus der Ergotherapie

Wann: Donnerstag, 23. November 2023

Beginn: 18:00 Uhr Seniorentreff Marz

Franz Liszt-Gasse 21

Vortragende: Elisabeth Semotan-Rigler

KOSTENLOS!

Es wird einen kurzen Überblick geben zu den Themen:

Wie funktioniert das Gedächtnis? Welche Arten von Konzentration gibt es? Und welche Fähigkeiten haben wir noch, z.B. logisches Denken?

Außerdem werden wir

- verschiedene **Strategien** kennen lernen, wie man sich etwas **besser einprägen** kann oder auch welche **Gedächtnishilfen** es gibt
- wie wir **im Alltag** einfache Übungen einbauen können, ohne extra Materialien dafür zu brauchen
- die **Scheu verlieren** und ausprobieren welche kostenlosen Möglichkeiten es im **Internet** gibt, die auch **Spaß** machen können
- **Fingerübungen für den Kopf** kennenlernen, die sich positiv auf unsere Gehirnaktivierung auswirken
- erfahren wo man **Übungsmaterial** herbekommt

Bei Fragen sind die Community Nurses erreichbar unter:

DGKP Jacqueline Hammer (0660 722 20 32) oder DGKP Maria Haspl (0660 722 20 31)

WIR FREUEN UNS AUF IHR KOMMEN!

