

Gedächtnis - Training in Sigleß wird fortgesetzt!

SPASS AM DENKEN – ein Leben lang

Das Gesunde Dorf bietet wieder ein Training von Gedächtnisübungen, um die grauen Zellen beweglich zu halten, an. Fragen zur Alltagsbewältigung vervollständigen das Programm, das nachweislich den normalen Alterungsprozess hinauszögert.

Das Trainingsprogramm ist für **Menschen ab dem 60. Lebensjahr, die auch in Zukunft geistig fit, beweglich und gesund sein möchten.**

Dieses Training wurde bereits einige Male angeboten und auf Grund der Zufriedenheit und Begeisterung der Teilnehmer erfolgt ein neuerlicher Kurs.

Kursdauer: 6 Einheiten, Donnerstag – beginnend ab **23. November 2023**

Uhrzeit: 09.30 Uhr bis 11.00 Uhr

Ort: Gemeindeamt Sigleß, Sitzungssaal

Kosten: € 30,00 pro Teilnehmer

Mindestteilnehmerzahl: 8 Personen

Kursleiter: Alois Schachtner

Wir würden uns freuen, wenn viele das Angebot annehmen und ersuchen um telefonische Anmeldung beim Gemeindeamt Sigleß bis **20. November 2023.**

Die Bürgermeisterin:



Ulrike Kitzinger