GEDÄCHTNISTRAINING

Aktives Miteinander für Seniorinnen und Senioren



Zielgruppe

Kostenloses Gruppenangebot für Menschen ab der Pensionierung.



Der Kursinhalt

In den einzelnen Einheiten der Kursreihe werden die Teilnehmenden in die Welt des Gedächtnistrainings eingeführt: Neben allgemeinen Informationen zum Thema werden die eigenen Hirnleistungen sowie das Gedächtnis vor allem mit vielen praktischen Übungen aktiv trainiert. Dazu gehören beispielsweise Fähigkeiten wie die Merkfähigkeit, Konzentration oder logisches Denken.

In den verschiedenen Terminblöcken wird so Wissen vermittelt, Gelerntes immer wieder gefestigt und zudem der Einsatz des Online-Tools "Memofit" geübt.



Termine Wintersemester 2023/2024

Jeweils Mittwoch von 09:30 bis 10:45 Uhr

Block 1: 04.10. / 11.10. / 18.10. / 25.10. / 08.11. / 15.11.

Block 2: 22.11. / 29.11. / 06.12. / 10.01. / 17.01. / 24.01.

Anmeldung bis 20.09.2023 möglich

Trainerin: Gabriele Gahmel





Veranstaltungsort

BVAEB Lessingstraße 20 8010 Graz

Kontaktdaten und Anmeldung

Landesstelle Steiermark

Silvia Woger, MA 050405-25745 aktivmitbvaeb@bvaeb.at

