Veranstaltungen

vom 11.10.2026 bis 31.10.2026

Montag, 21.09.2026 bis zum Montag, 16.11.2026

Kurs Gedächtnis- & Konzentrationstraining

Uhrzeit: 15:00 bis 16:30 Uhr
Veranstalter: Seniorenrat Oberes Enztal e.V.
Veranstaltungsort: Seniorenclub-Raum im König-Karl-Stift (Seniorenwohnanlage), König-Karlstraße 81, Bad Wildbad

Da geht noch mehr: Konzentration, Aufmerksamkeit, Lernen und Gedächtnis können verbessert werden. In jedem Alter.Brita Näser, Christophshof, ist erfahrene Heilpraktikerin, Ausbildung in Konzentrations- und Gedächtnistraining (AHAB Academy Berlin), Natur- und Achtsamkeitstrainerin.Sie setzt im fünfteiligen Kurs "Gedächtnistraining" auf spielerische Prävention ohne Leistungsdruck. Die kleine Gruppe - sechs bis zwölf Teilnehmende - wird abwechslungsreiche Übungen ausprobieren, die leicht selbständig weiter angewendet werden können. Die letzte halbe Stunde im Kurs wird mit Übungen der Psychomotorik (Wahrnehmung, koordinierte Bewegung, Gleichgewicht) unterstützt.Termine: Montag, 21.09., Dienstag, 06.10., Dienstag, 20.10., Montag 02.11., Montag 16.11.2026,

jeweils 15 – 16.30 UhrOrt: Seniorenclub, König-Karl-Stift, König-Karl-Straße 81, Bad WildbadKosten: 25 EUR für Kurs & Material, zahlbar bei Anmeldung, spätestens beim ersten TerminAnmeldung: gesundheitsforum-naeser@t-online.de, Tel. mobil: 0160-979 26259Veranstalter: Seniorenrat Oberes Enztal e.V.Der Kurs wird abgesagt, wenn bis zum 14.September 26 weniger als 6 Anmeldungen eingehen.