

Fraueninfonachmittag



Geistig beweglich bleiben

**Im Rahmen der eigenen Möglichkeiten
Körper und Geist fit halten
Geistig beweglich zu bleiben,
das lässt sich beeinflussen und trainieren.**

**Samstag, 26. Januar 2019
von 14.00 Uhr bis 17.00 Uhr
Pfarrsaal St. Johannes der Täufer in Reuth,
Georg-Büttel-Str. 3, 91301 Forchheim**

Referentin: Luise Müller, Bildungs- und Verbandsreferentin
Teilnahmegebühr: keine
Anmeldeschluss: 18. Januar 2019
Für die Organisation des Nachmittags (u.a. Kaffee und Kuchen) bitten wir um eine verbindliche Anmeldung.
Vielen Dank.

Anmeldung beim

KAB Bildungswerk Bamberg, Ludwigstr. 25 - Eingang C, 96052 Bamberg
☎ 0951 / 91691-0 **o d e r** www.kab-bamberg.de **o d e r**
per E-Mail an kab-veranstaltungen@kab-bamberg.de **o d e r**
Ihrem KAB-Verantwortlichen vor Ort

Bitte geben Sie den Handzettel auch an Interessierte weiter.

Veranstalter:

KAB Bildungswerk Bamberg e.V. 

in Kooperation mit dem

K A B K r e i s v e r b a n d F o r c h h e i m

und in Kooperation mit

dem KAB Diözesanverband Bamberg e.V., der KAB in der Erzdiözese Bamberg e.V., der Ketteler-Stiftung der KAB Bamberg



Geistig beweglich bleiben

Im Rahmen der eigenen Möglichkeiten

Körper und Geist fit halten

So befassen wir uns zunächst im ersten Teil des Nachmittags mit Grundlagen, d.h. Wissenswertem zum Aufbau des Wunderwerks Gehirn und dem was es braucht, um gut zu funktionieren.

Praktische Übungen aus dem Gedächtnistraining zielen vor allem auf die Stärkung der Konzentration und Koordination ab.

Damit die Freude und der Spaß dabei aber nicht verloren gehen, werden interessante und abwechslungsreiche mehr spielerische Übungen dafür sorgen, dass der Nachmittag ganz lebendig ausklingt.

Luise Müller
Referentin

