

# Geistig beweglich bleiben



Im Rahmen der eigenen Möglichkeiten  
Körper und Geist fit halten

Geistig beweglich zu bleiben,  
das lässt sich beeinflussen und trainieren.



**Infonachmittag**  
**Freitag, 12. Juli 2019 -**  
**Beginn: 14.00 Uhr**  
**Kath. Pfarrheim, Marktplatz 16,**  
**96224 Burgkunstadt**


**Referentin:** Luise Müller, Bildungs- und Verbandsreferentin

**Teilnahmegebühr:** Für Sie ist die Teilnahme kostenfrei.

**Anmeldung erbeten bis:** 05. Juli 2019

Für die Organisation des Nachmittags (u.a. Kaffee und Kuchen) bitten wir um eine verbindliche Anmeldung. Vielen Dank.

## **Anmeldung bei**

Frau Elfriede Stengel, OV Burgkunstadt (Tel. 09572/9607) oder  
KAB Bildungswerk Bamberg, Ludwigstr. 25 - Eingang C, 96052 Bamberg  
 0951 / 91691-0 **o d e r** [www.kab-bamberg.de](http://www.kab-bamberg.de) **o d e r**  
per E-Mail an [kab-veranstaltungen@kab-bamberg.de](mailto:kab-veranstaltungen@kab-bamberg.de) **o d e r**  
ihrem KAB-Verantwortlichen vor Ort

**Bitte geben Sie den Handzettel auch an Interessierte weiter.**

## **Veranstalter:**

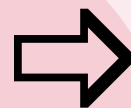
**KAB Bildungswerk Bamberg e.V.**



in Kooperation mit dem

**K A B O r t s v e r b a n d B u r g k u n s t a d t**

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**

Geistig beweglich zu bleiben, das lässt sich beeinflussen und trainieren.

So befassen wir uns zunächst im ersten Teil des Nachmittags mit Grundlagen, d.h. Wissenswerten 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 verlorengelassen werden, werden interessante und abwechslungsreiche mehr spielerische Übungen dafür sorgen, dass der Nachmittag ganz lebendig ausklingt.

**Luise Müller**  
**Bildungs- und Verbandsreferentin**

