



PRESSEINFORMATION

Wie Sie mit Spaß Ihr Gedächtnis fit halten MAS Prophylaxe - Gedächtnistraining startet in Bad Zell

(Bad Zell, Februar 2018) Beim Gesundheitstag im vergangenen November war der Kurzvortrag zum Thema „Wie halte ich mein Gedächtnis fit“ gut besucht. Einige Bad ZellerInnen wünschten sich daraufhin, aktiv in einer Gruppe etwas für das eigene Gedächtnis tun zu können. Daher startet in Bad Zell eine Gedächtnistrainingsgruppe. Am Dienstag, 20. Februar 2018 von 14 bis 16 Uhr im Gemeindeamt Bad Zell, Spielgruppenraum (zweiter Eingang am Gemeindeamt, Erdgeschoß) ist es soweit.

Die Gruppe wird von Frau Gabi Grussmann, zertifizierte MAS-Demenztrainerin, angeleitet. Das MAS Prophylaxetraining basiert auf wissenschaftlichen Erkenntnissen über die wirksamsten Möglichkeiten, sein Gehirn mit zunehmendem Alter fit zu halten. Wichtig ist aber auch, dass die gemeinsamen Übungen in der Gruppe Spaß machen.

Das Gedächtnistraining findet jede Woche statt und dauert zwei Stunden. Der Kostenbeitrag beträgt 10,50€ pro Stunde. Das Schnuppertraining ist kostenlos.

Alle Interessierten sind zum Schnuppertermin am 20. Februar herzlich eingeladen. Um Anmeldung wird gebeten.

Informationen und Kontakt:

Rosa Handlbauer

Demenzservicestelle Pregarten

A-4230 Pregarten, Tragweinerstrasse 29/1

Tel : +43(0)664/8546695

E-Mail: rosa.handlbauer@mas.or.at

Web: www.alzheimerhilfe.at