

Gedächtnistraining - spielerisch und freudvoll 1

Buchs

Wer kennt das? Man steht im Keller und weiss nicht mehr, was man holen wollte; Man war beim Einkauf und hat zwei wichtige Artikel vergessen; Namen von Personen, die man kennt oder Passwörter fallen einem nicht ein; Man weiss nicht mehr, wo man den Autoschlüssel hingelegt hat oder hat vergessen, was man heute noch erledigen wollte. Das Gedächtnistraining hilft, solche Situationen zu vermeiden. In diesem Kurs wird das Gedächtnis trainiert. Mit einfachen Spielen und Übungen wird die Merkfähigkeit und die geistige Beweglichkeit verbessert. Mit Spass, Humor und Freude – ohne Leistungsdruck.

Voraussetzung für die Teilnahme

Es sind keine Vorkenntnisse notwendig.

Mitbringen

Schreibzeug



Alle Informationen und Anmeldung
finden Sie auch auf
www.sg.prosenectute.ch

Durchführung

02. Februar bis 09. März 2026

Tag und Uhrzeit

Montag, 09:00 - 10:30 Uhr

Anzahl Kurstage

6

Lektionen pro Kurstag

2

Kursleitung

Mario Bokstaller

Durchführungsort/Treffpunkt

Pro Senectute
Bahnhofstrasse 29
9470 Buchs

Kosten

Fr 160.00
keine

Anmeldung

Zwingend notwendig, die Anzahl Plätze ist begrenzt. Platzvergabe in der Reihenfolge des Eingangs der Anmeldung

Pro Senectute Rheintal Werdenberg Sarganserland

Bildstrasse 5, 9450 **Altstätten** · Bahnhofpark 3, 7320 **Sargans** · Bahnhofstrasse 29, 9470 **Buchs**
058 750 09 00 · rws@sg.prosenectute.ch



Dieses Kurs- oder Gruppenangebot wird vom Bundesamt für Sozialversicherungen subventioniert weil es in besonderem Masse die Selbstständigkeit und Autonomie von älteren Menschen fördert