



Ein Angebot für ältere Menschen
welches Spaß macht und helfen kann
länger körperlich und geistig fit zu bleiben

Ein Angebot des kath. Bildungswerkes und der Gesunden Gemeinde Hermagor

Wöchentliche Treffen von ca. 1,5 Stunden mit der ausgebildeten **Gruppenleiterin Karoline Warmuth** (10 Einheiten)

MITTEN IM LEBEN stärkt durch:

- Gedächtnistraining (Konzentration, Kurz- u Langzeitgedächtnis)
- Kompetenztraining (Selbstständigkeit im Alter)
- Psychomotorisches Training (Beweglichkeit, Tänze im Sitzen usw.)

Informationsvormittag: Mittwoch, 10. November 2021

Zeitpunkt: 9.30 Uhr

Ort: Rathaus Hermagor, Sitzungszimmer/1. Stock

gesunde 
gemeinde