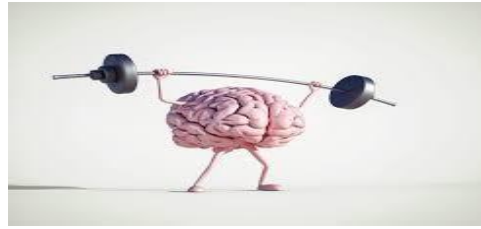


# Workshop Geheugentraining voor Senioren 60 +



Sleutels vergeten, wat was nou die boodschap, hoe heette dat nou toch?

We krijgen er allemaal vroeg of laat mee te maken. Onthouden gaat niet altijd vanzelf. Bij het ouder worden maken we ons soms zorgen over ons geheugen. “Hoe komt het dat we dingen vergeten en wat kunnen we eraan doen”

Met behulp van een geheugentraining kunt u de vaardigheden van uw brein opfrissen. U kunt uw brein fit houden door er actief mee aan de slag te gaan. U zult daarbij merken dat het waardevol is, maar ook gezellig kan zijn, om op een ontspannen manier met uw brein aan de slag te gaan.

Tijdens de workshop:

- Ervaart u weer hoe leuk het is om iets nieuws te leren.
- Ontdekt u dat opgeslagen informatie spontaan terugkomt.
- Deelt u de ervaringen met mede senioren.
- Ontdekt u dat u veel meer kunt dan u dacht.
- Krijgt u tips aangereikt om beter te onthouden.
- Gaat u na een informatief gedeelte actief aan de slag.

De workshop kost slechts € 3,00 P/P (betalen bij aanvang) en wordt gehouden in:

**Woensdag 17 september Wijkgebouw De Boemerang Planetenlaan 1a**

**tijd 10.30-12.00 u. Zaal open om 10.15 u**

**Woensdag 17 september Wijkgebouw Heidehonk Noordzeelaan 35**

**tijd 14.00-15.30 u. Zaal open om 13.45 u.**

Deze workshop wordt georganiseerd door SBW en is geschikt voor senioren, zonder geheugenproblemen zoals bij Alzheimer of andere dementie. Er kunnen max. 25 mensen deelnemen.

Toegang voor alle senioren 60 +

Ik ontmoet u graag op 17 september,

**Liesbeth Rietveld**

Inschrijfstrookje **vóór 10 september**, inleveren Gen van Heutszlaan 14 5623 JA Eindhoven of per naar [sbw.activiteiten@gmail.com](mailto:sbw.activiteiten@gmail.com). Zet in het onderwerp Geheugentraining, en vul onderstaande compleet in.

.....  
Aanmeldstrook Workshop geheugentraining datum en tijdstip

Naam:

Adres:

Telefoon:

Ik kom op 17 september voormiddag/middag \* doorhalen wat niet van toepassing is.

PS: Aanmelding op volgorde van binnenkomst, is een locatie volgeboekt dan wordt u gebeld.