

Workshop Geheugentraining voor Senioren 50 +



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 is gratis en wordt gehouden in:

Dinsdag 10 februari De Huiskamer Bekerakker (achter zaal Unitas Vlokhovenseweg) 10.30 uur-12.00 uur inloop 10.15 uur

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 50 + zeker die nog zelfstandig wonen

Ik ontmoet u graag op 10 februari

Liesbeth Rietveld

Inschrijfstrookje **vóór 4 Februari**, inleveren Gen van Heutszlaan 14 5623 JA Eindhoven of per naar 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 10 februari om 10.30 uur naar de Workshop Geheugentraining
Huiskamer Locatie Bekerakker Achter zaal Unitas Vlokhovenseweg.

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