

# Gedächtnistraining

Wer rastet, der rostet.

Was für den Bewegungsapparat gilt, trifft auch auf die Gehirnfunktionen zu.

Mit ein bisschen Theorie, zahlreichen Übungen, Spielen und hoffentlich viel Spaß wollen wir die Aktivität unserer grauen Zellen erhalten, fördern und ungenutztes Potential wecken.

Damit verbessern wir unsere Merkfähigkeit und unser Reaktionsvermögen.

**Kursleiterin:** Ilke Siemens

**Beginn:** jeden 2. und 4. Mi  
10:30 - 11:30 Uhr

**Unkostenbeitrag:** 2,00 Euro



Quelle: <http://www.demenzkrankte24.de/studie-zweisprachigkeit-zogert-die-symptome-einer-demenz-heraus/>

Rabenhaus e.V.

Das Nachbarschaftshaus in Köpenick  
Puchanstraße 9, 12555 Berlin

Tel.: 65 88 01 65

E-Mail: [info@rabehaus.de](mailto:info@rabehaus.de)