



AWO Ortsverein Porz e.V.

Gedächtnistraining für Senior*innen



Tun Sie etwas für Ihren Körper und Ihre Gesundheit!
"Wer rastet, der rostet" ! Dieses alte Sprichwort trifft nicht nur auf den Körper zu. Auch unser Gedächtnis lässt sich länger fit halten, und das bereits mit wenig Aufwand. Möchten Sie aktiv etwas für Ihre mentale Fitness tun, so ist Gedächtnistraining die optimale Lösung. Wir üben gemeinsam in kleiner Runde daran, stärker und leistungsfähiger zu werden.

Kursnummer: S26-55

Beginn: 14.09. - 14.12.2026

Uhrzeit: 12:30 - 14:00 Uhr

Dauer: 13 Termine, immer montags

Gebühr: 97,00 Euro

Ort: AWO Ortsverein Porz e.V., Glashüttenstr. 18, 51143 Köln

Anmeldung über das Anmeldeformular, das Sie hier vor Ort finden, oder online über die Homepage.

Rückfragen: Frau Bagnu Yazici, mobil 0178 9338613