



Weitere Infos und Anmeldung

Gedächtnis und Bewegung Cham, Hünenberg

Spielerisch die Konzentrationsfähigkeit fördern
Merkfähigkeit, Konzentration und Orientierung können – wie die Muskeln und das Gleichgewicht –
trainiert und verbessert werden. Auf lustvolle Weise knobeln wir an verschiedenen
Denksportaufgaben und lernen vielfältige, auch anspruchsvolle Übungen für die geistige Fitness sowie
zur Sturzprophylaxe und Beweglichkeit kennen. Das Training bietet Ihnen gleichzeitig Freude und
Geselligkeit. Sie werden sicherer und fördern Ihr Wohlbefinden.

Angebot:	261-4611-06
Termine:	05.01.2026 - 29.06.2026 23 x Mo 09:45 - 10:45
Ausfalltage:	16.02.2026, 06.04.2026, 25.05.2026
Leitung:	Barbara Zemp
Ort:	Gemeinwesenzentrum Cham, Hünenbergstrasse 3, 6330 Cham
Kosten:	CHF 325.00



Dieses Angebot ist vom Bundesamt für Sozialversicherungen subventioniert, weil er in
besonderem Masse die Selbständigkeit und Autonomie von älteren Menschen fördert.