



Alzheimer
Gesellschaft
München e.V.

Mit neuer
Zuversicht!



Ganzheitliches Gedächtnistraining Frühling / Sommer 2025

Kursleitung: Frau Susanne Kempfer, zertifizierte Gedächtnistrainerin und Sportpädagogin.

Tag: Mittwoch, 14- tägig

Uhrzeit: 10.30 – 12.00 Uhr (Kurs 1, anspruchsvoll)

12.30 – 14.00 Uhr (Kurs 2)

Ort: in den Räumlichkeiten der AGM
(Josephsburgstr. 92, 81673 München)



Kursgebühr: 96,00 € bzw. 80,00 € für Mitglieder

Anzahl der Teilnehmer: max. 10 Teilnehmende pro Kurs

Eine verbindliche Anmeldung ist notwendig!

Das Angebot im **Kurs 1** richtet sich an Menschen mit Demenz in einem frühen Stadium der Erkrankung, die gerne anspruchsvolle Aufgaben lösen, um das Gehirn zu aktivieren. Der **Kurs 2** ist für alle Menschen mit Demenz geeignet, die gerne weiterhin ihr Gedächtnis trainieren möchten, aber deren Konzentration etwas nachlässt und die lieber die leichteren Aufgaben wählen. Wenn Sie sich unsicher sind, welcher Kurs zu Ihnen passt, können Sie uns auch gerne ansprechen.

Ganzheitliches Gedächtnistraining bedeutet, dass alle Sinne und beide Gehirnhälften einbezogen werden. Mit spielerischen Übungen und Bewegungseinheiten wird das Gehirn und der Körper aktiviert. Spaß, Freude, Gemeinschaft und die Interessen der TeilnehmerInnen stehen hierbei im Mittelpunkt.



Wichtige Übungsziele sind zudem:

- Aktivierung des Altgedächtnisses
- Optimierung der Sinneswahrnehmung
- Orientierungshilfe im Alltag
- Stärkung der Kompetenzen
- Mobilisierung von Ressourcen
- Freude erleben im sozialen Miteinander
- Miteinander in Bewegung kommen
- Erhalt der Sozialkompetenzen
- Stärkung des Selbstwertgefühls

8 Termine

14.05.2025

28.05.2025

11.06.2025

25.06.2025

09.07.2025

23.07.2025

06.08.2025

20.08.2025

Ihr Team der Alzheimer Gesellschaft München e.V.
Telefon: 089/ 47 51 85, E-Mail: anna.wallner@agm-online.de

Mitglied der Deutschen Alzheimer
Gesellschaft – Selbsthilfe Demenz



Bank für Sozialwirtschaft
IBAN DE61 7002 0500 0007 8051 00
BIC BFSWDE33MUE

Telefon 0 89/47 51 85
Telefax 0 89/4 70 29 79
info@agm-online.de
www.agm-online.de

Alzheimer Gesellschaft
München e.V.
Josephsburgstraße 92
D-81673 München

DER PARITÄTISCHE
UNSER SPITZENVERBAND