

Pressemitteilung, 14. Februar 2024

Vortrag im Demenz - Café in Krumbach zum Thema „Vitalitätstraining für ein langes, selbstbestimmtes Leben“

Vital sein bis ins hohe Alter - das wünscht sich wohl jeder. Doch wie kann man das erreichen, welche vorbeugenden Übungen gibt es? Hans Dieter Hörtrich, Lehrer für gehirngerechtes Lernen, zeigt in seinem Vertiefungsvortrag „Vitalitätstraining für ein langes selbstbestimmtes Leben - Teil II“ viele praktische Übungen, die Körper, Geist und Seele aktivieren und sich spielerisch in den Alltag integrieren lassen.

Der Vortrag findet im Rahmen des nächsten Treffens des Demenz - Cafés am Dienstag, den 05. März 2024 um 14:30 Uhr im BaK (Begegnungshaus an der Kammel), Karl-Mantel-Str.4, 86381 Krumbach statt. Im Anschluss besteht die Möglichkeit, sich bei Kaffee und Kuchen auszutauschen. Interessierte sind nach vorheriger Anmeldung herzlich willkommen.

Nähere Informationen erteilen die Fachstelle für pflegende Angehörige in der Seniorenfachstelle, Regina Schütz, unter der Telefonnummer 08221/95-224 sowie per E-Mail an angehoerigenfachstelle@landkreis-guenzburg.de, und die Ökumenische Hospizinitiative Krumbach unter der Telefonnummer 0173/1932390.

