

Pressemitteilung, 20. Oktober 2025

„Geistige Fitness“ steht im Fokus des nächsten Treffens für pflegende Angehörige in Burgau

Die Fachstelle für pflegende Angehörige am Landratsamt Günzburg und der Pflegeverein Burgau e.V. laden zu dem regelmäßigen Austausch für pflegende Angehörige ein. Das nächste Treffen findet am Montag, **3. November um 15 Uhr** in den Räumlichkeiten des Krankenpflegevereins Burgau (Bleichstr.18) statt. An diesem Nachmittag steht das Thema „Geistige Fitness“ im Mittelpunkt.

Frau Brigit Wosnitza, Trainerin für Mentale Aktivierung bei der Gesellschaft für Gehirntraining, zeigt den Teilnehmenden die Übungen, mit denen sie sich: besser konzentrieren, schneller denken und mehr merken können.

Ein ganzheitliches Training berücksichtigt körperliche und geistige Aspekte, sowie das Einbeziehen aller Sinne, um Geist und Gedächtnis in jedem Alter optimal zu fördern. Speziell Senioren profitieren von einem fitten Gehirn, da sich Alltagsherausforderungen leichter bewältigen lassen und somit mehr Lebensqualität entsteht.

Nähere Informationen erteilt die Fachstelle für pflegende Angehörige in der Seniorenfachstelle, Führer Alexandra unter der Telefonnummer 08221/95 210.

