



## Gedächtnistraining

### Training mit Freude statt Leistungsdruck

Jutta Spahn, zert.  
Trainerin  
für ganzheitliches  
Gedächtnistraining

Unser ganzheitliches Gedächtnistraining stärkt nicht nur das Gehirn, sondern den ganzen Menschen. Mit Spielen für die Sinne, kreativen Übungen, viel Lachen und sanfter Bewegung fördern wir Wahrnehmung, Ausdruck und Gemeinschaft. Handlungsbezogenes Lernen, basierend auf neuester Forschung, macht Spaß und hält fit – für alle, ob mit oder ohne Demenz. Gemeinsam aktiv bleiben!

#### Kurs 1:

**Termine: mittwochs, 23., 30. April, 7., 14., 21. Mai 2025,  
10-11.30 Uhr**

#### Kurs 2:

**Termine: mittwochs, 28. Mai, 04., 11., 18., 25. Juni 2025,  
10-11.30 Uhr**

**Ort: Pfarrheim der Erlöserkirche, Erlöserkirchstr. 8, 51107  
Köln**

**Anmeldung: AKF e.V. Hermine Urbaniak,**

**Tel.: 0221 98948308, [hermine.urbaniak@akf-pflege.de](mailto:hermine.urbaniak@akf-pflege.de).**

**Kosten: Keine! Spenden Sie gerne für die gute Sache.**

Sparkasse Köln/Bonn DE45 3705 0198 1009 5028 55  
BIC COLSDE33XXX