KEB Katholische Erwachsenenbildung in Stadt und Landkreis Passau e.V.

# Ganzheitliches Gedächtnistraining Gruppe 1

**Unterhaltsam und stressfrei geistig fit werden**

**Do 23.04.2026, 16.00 - 17.30 Uhr**

Sicher kennen auch Sie diese Situationen:
Wir suchen im Gespräch nach der passenden Bezeichnung. Der Name unseres Gegenübers fällt uns nicht ein. Wir erinnern uns nicht mehr, wo wir den Schlüssel hingelegt hatten und haben vergessen, was wir eigentlich in dem Zimmer wollten, das wir gerade betreten haben. Die gute Nachricht: Es gibt Abhilfe!
Mit ganzheitlichem Gedächtnistraining kann die Gehirnleistung spielerisch und ohne Druck gesteigert werden. Körper, Geist und Seele sind daran beteiligt. Spaß und Freude kommen sicher nicht zu kurz.
Für die Zeit zwischen den Treffen gibt es eine Übung für zuhause.

**Ort**
Passau, Begegnungsstätte für Frauen, Domplatz 3

**Mitveranstalter**
Referat Seniorenseelsorge

**Referentin**
Silvia Durchholz, Gedächtnistrainierin BVGT, Dipl. Erwachsenenbildnerin, Soul Collage Anleiterin

**Kosten**
Jan. mit April: 20 Euro / Mai mit Juli: 15 Euro / Sep. mit Dez.: 20 Euro

**Hinweis**
Terminübersicht:
22.1./19.2./19.3./23.4./21.5./18.6./23.7./17.9./22.10./19.11./10.12.2026

**Anmeldung**
Referat Seniorenseelsorge: 0851/393-6101 oder seniorenseelsorge@bistum-passau.de

**mehr Infos & Anmeldung**

VÖ: 2025-08-05 10:54:30

Tel. (0851) 393-4501
keb.passau@bistum-passau.de
**www.keb-passau.de**