

## UITNODIGING VOOR DE WORKSHOP GEHEUGENTRAINING MAANDAG 4 NOVEMBER 2024.

Hallo Dames,

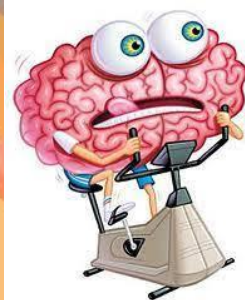
Hierbij nodigen wij jullie uit voor onze volgende Zij Actief avond waarop een workshop geheugentraining op het programma staat.

Deze workshop wordt verzorgd door Mevr. Nell Lipsch.

Een geheugentraining helpt om vaardigheden van het brein op te frissen, Je kunt je brein fit houden door er actief mee aan de slag te gaan en het is belangrijk voor je geheugen om steeds weer nieuwe uitdagingen aan te gaan.

Na een informatief gedeelte voor de pauze zal er na de pauze op een ontspannen en gezellige manier interactief aan de slag worden gegaan met oefeningen en krijgen we tips aangereikt om beter te kunnen onthouden.

Er wordt uitleg gegeven waarom deze oefeningen zinvol zijn voor het geheugen en wat het kan opleveren voor de toekomst. Kortom een interessante en leerzame bijeenkomst.



De avond start om 19.30 uur en ook niet leden zijn welkom, dus vraag gerust iemand mee. Zoals jullie gewend zijn vindt de avond plaats in Meetingpoint de Nassaurie en we zitten dit keer in de Rabozaal.

Wij ontvangen jullie met koffie, thee en iets lekkers erbij.

Wij hebben er weer zin in, hopelijk jullie ook ! Tot dan !!!  
Bestuur en Werkgroep ZijActief Grathem