

# Einladung zur NUZ Herbstschulung

## „Denk dich fit“

**Gehirn- (und manchmal auch Körper-) Gymnastik für  
Gesundheit, Phantasie, Spaß und Wohlbefinden!**



### **Ein workshop mit Birgit Martin und Regina Wegmann**

Beide sind in der Seniorenarbeit als Quartiers-  
managerinnen in Biessenhofen und Aitrang tätig

Ein bunter Strauß an Übungen zur ganzheitlichen Anregung des Gehirns erwartet euch an unserer diesjährigen **NUZ Herbstschulung**. Mit Freude möchten wir gemeinsam an unserer geistigen Beweglichkeit arbeiten – alles ohne Stress und Leistungsdruck!

Das Training wird unsere Sinne anregen und versucht persönliches Wissen und Erinnerungen zu „entstauben“. So soll sich auf leichte Art und Weise die Konzentrations- und Merkfähigkeit bei uns NUZ Aktiven steigern :))

### **NUZ Herbstschulung 2021**

am **3. Dezember**  
um **14 h – 17.30 h**  
im **Pfarrheim Pfronten**

In der Pause gibt es Kaffee, Tee, Kuchen und Brezen.

Es gilt die **2-G+ Regel**.

Eine telefonische Anmeldung bei Hanna, Tel. 5858, oder per mail ist erforderlich!

Sollte wegen der aktuellen Corona Situation die Veranstaltung nicht stattfinden können, werden wir dies mitteilen.