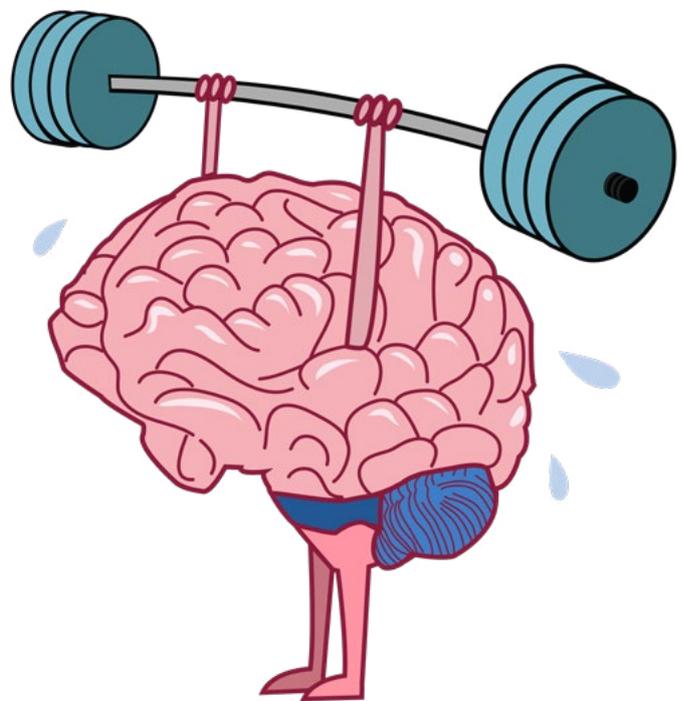


Geistig fit bleiben – mit 10 Maßnahmen Demenz vorbeugen!

Wir alle wünschen uns, im Alter nicht nur körperlich, sondern auch geistig fit zu sein. Doch was können wir aktiv dafür tun, um unser Gehirn lange leistungsfähig, flexibel und gesund zu halten?

Im Vortrag **„Geistig fit bleiben – mit 10 Maßnahmen Demenz vorbeugen“** lernen Sie das Wunderwerk Gehirn kennen. Sie erfahren, was Sie mit einfachen und alltags-tauglichen Mitteln für Ihre geistige Gesundheit selbst tun können.



VOLKSSOLIDARITÄT

 09. Dezember 2025, 13:00 – 15:00 Uhr

 ehem. BHG Freyenstein,
Marktstraße 15/16, 16909 Wittstock OT Freyenstein

Anmeldung unter E-Mail: projekt-pr@volkssolidaritaet.de, Tel.: 0152 / 54647385

Kompetenzzentrum
DEMENZ
für das Land Brandenburg

 Alzheimer-Gesellschaft Brandenburg e.V.
Selbsthilfe Demenz