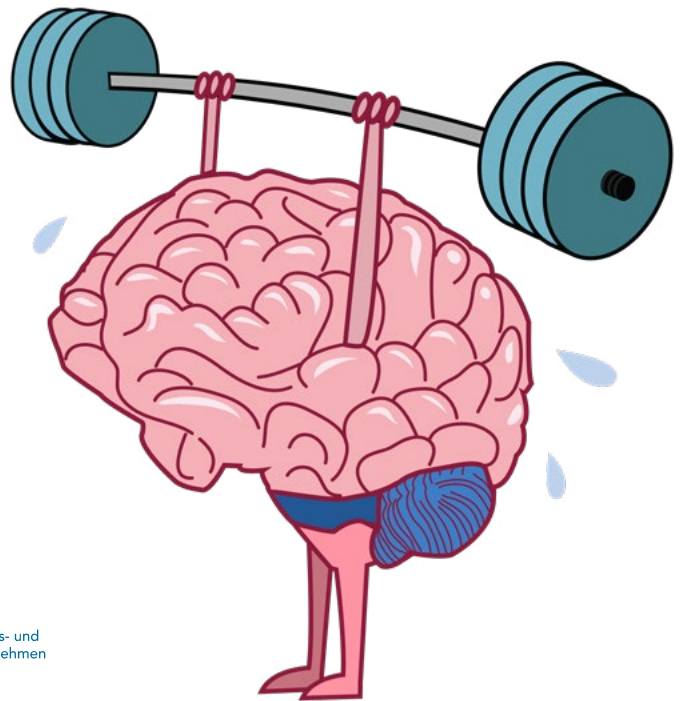


Geistig fit bleiben – mit 10 Maßnahmen Demenz vorbeugen!

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

cjd
Das Bildungs- und
Sozialunternehmen

 **Familien-
zentrum**
Land Brandenburg

 **Mehr
Generationen
Haus**
Wir leben Zukunft vor

 **25. November 2025, 14:00 – 16:00 Uhr**

 **CJD Berlin-Brandenburg FamZ/MGH „Perle-Treff“ /
Haus Möwe, Reetzer Straße 73, 19348 Perleberg**

Anmeldung: Cornelia Eichler-Körtge, 0152 54647237, E-Mail: pflegevorort-wb-pr@volkssolidaritaet.de

Kompetenzzentrum
DEMENZ
für das Land Brandenburg

 **Alzheimer-Gesellschaft Brandenburg e.V.**
Selbsthilfe Demenz