



**Nur mit
Anmeldung
kostenlos**

Kopf in Bewegung

Kognitive Fähigkeiten stärken und erhalten

Das erwartet Sie:

- Kognitives Training
- Übungen für Konzentration, Merkfähigkeit und geistige Flexibilität
- Infos zu Demenzprävention und gesundem Älterwerden
- Koordinations-, Gleichgewichts- und Reaktionsübungen

Anmeldung & Information:

Koordinierungsstelle für Altenarbeit
der Stadt Lünen - Netzwerk Altenarbeit
Frau Stefanie Gatz

☎ 02306 1041207

✉ Stefanie.Gatz.16@lunen.de

Mitmach-Vortrag

📅 **28.09.2026**

11:00 Uhr

Training

„Kopf in Bewegung“

jeweils montags

Gruppe 1: 10:00 - 11:15 Uhr

Gruppe 2: 11:15 - 12:30 Uhr

📅 **05.10.2026**

📅 **12.10.2026**

📅 **19.10.2026**

📅 **26.10.2026**

📅 **02.11.2026**

📍 **Museum Stadt Lünen,
Graf-Adolf Str. 36, 44532 Lünen**