



Geistig fit bleiben, Demenz vorbeugen! – Was kann ich tun?

in Lorscheid

29.10.2026, 09:00–12:00 Uhr

Ein kleiner Fachvortrag zum Thema Demenz und Präventionsmöglichkeiten sowie Übungen zur geistigen Anregung, zur sportlichen Aktivierung und Hinweise zur Ernährung sollen zeigen, wie wir unser Gehirn jung halten können und möglicherweise auch einer drohenden Demenz Paroli bieten können.

Bitte bequeme Kleidung und Schuhe tragen.

Referentinnen:

- Uschi Wihr (Dipl. Soz.-Päd., Gerontologin),
Päd. Leitung Demenzzentrum e.V. Trier
- Birgit Backes, Sport-Übungsleiterin mit Sonderlizenzen,
Leitung Fachbereich Sport im Demenzzentrum

Veranstaltungsort:

Dorfsaal Lorscheid, Hauptstr. 52, 54317 Lorscheid

Anmeldung:

Per E-Mail: gesundheitsfoerderung@trier-saARBURG.de

Telefonisch unter: 0651/715-16126

(telefonische Anmeldung: Montag,
Dienstag und Donnerstag, vormittags)

Anmeldefrist: 22.10.2026

Die Teilnahme ist kostenfrei.

Online-Anmeldung



Mit Ihrer Anmeldung erklären Sie sich einverstanden, dass Ihre Daten im Rahmen der o.g. Veranstaltung verwendet und gespeichert werden. Diese Einwilligung können Sie jederzeit widerrufen. Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr und eigenes Risiko.