

Hirngesundheit- was wir selbst tun können

Viele Menschen fragen sich, was man selbst tun kann, um Hirnleistung zu verbessern und möglichst bis ins hohe Alter zu erhalten.

Dazu gibt es eine Vielzahl von Empfehlungen. Einige lassen sich durch nur kleine Veränderungen des Alltags leicht umsetzen.

Passend zum Start in das neue Jahr bekommen Sie hier Anregungen für gute Vorsätze, um speziell das Gehirn fit und leistungsfähig zu erhalten.

Der Vortrag richtet sich an alle Interessierten, die mehr über Vorsorge, Lebensqualität und die neuesten Erkenntnisse erfahren möchten.

Referentin: PD Dr. med. Annette Rogge
Fachärztin für Neurologie,
Palliativmedizinerin

16. Januar 2026

17:00 - 18:30 Uhr

Gesundheitszentrum Büsum

Westerstraße 30, 1. OG

25761 Büsum

Die Teilnahme ist kostenfrei

Bitte anmelden unter:

<https://gesundheitszentrum-buesum.de/schulungszentrum-buesum/>

Rückfragen unter 0151/ 54259195